جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى
الدراسات العليا

تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الحركية والنفسية والإجتماعية للمعاقين ذهنيا

بحث مقدم من
آيات يحيى عبدالحميد عبدالرحيم
المعيدة بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير
في التربية الرياضية

القاهرة
١٤٢٣هـ ـــ ٢٠٠٣م

جامعة حلوان
كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى

تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الحركية والنفسية والإجتماعية للمعاقين ذهنيا

بحث مقدم من

آيات يحيى عبدالحميد عبدالرحيم
المعيدة بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى

ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية

أ.د. عنايات على لبيب
أستاذ متفرغ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
جامعة حلوان

أ. د. نادية محمد الطويل
أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات
جامعة حلوان

القاهرة
١٤٢٣هـ ـ ٢٠٠٣م

جامعة حلوان

كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة

قسم الدراسات العليا

قرار لجنة المناقشة والحكم فى البحث المقدم من

الدارسة / آيات يحيى عبدالحميد عبدالرحيم للحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية .

فى تمام الساعة السادسة مساءا يوم الخميس الموافق ٢٠٠٣/١/١٦م إجتمعت فى مبنى الكلية اللجنة المعتمدة من السيد الأستاذ الدكتور / نائب رئيس الجامعة لشئون الدراسات العليا والبحوث بتاريخ ٤/ ٢٠٠٣/١م والمشكلة من السادة الأساتذة:

١ - أ.د. صفية عبدالرحمن أبوعوف — أستاذ متفرغ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة وعميدة الكلية الأسبق ـ جامعة حلوان (مناقشا)

٢ - أ.د. عنايات على لبيب — أستاذ متفرغ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ـ جامعة حلوان (مشرفا)

٣ - أ.د. محمد العربى شمعون — أستاذ متفرغ ورئيس قسم علم النفس الرياضى سابقا بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ـ جامعة حلوان . (مناقشا)

٤ - أ.د. نادية محمد الطويل — أستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركى بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة ـ جامعة حلوان. (مشرفا)

وناقشت اللجنة علنا البحث المقدم من الدارسة والمعتمد تسجيله من السيد الأستاذ الدكتور/ نائب رئيس الجامعة بتاريخ ١١/١٧/ ٢٠٠١ وعنوانه :

" تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة النفسية والإجتماعية للمعاقين ذهنيا ".

وبعد مناقشة الدارسة علنا فى موضوع البحث ..

وبعد الأطلاع على نتيجة المناقشة ... وبعد المداولة ...

قررت اللجنة بإجماع الآراء التوصية بمنح الدارسة / آيات يحيى عبدالحميد عبدالرحيم درجة الماجستير فى التربية الرياضية. وتوصي بطبع الرسالة على نفقة الجامعة وتداولها بين الجامعات العربية والجهات المعنية.

أعضاء لجنة المناقشة والحكم : التوقيع

١ - أ.د. صفية عبدالرحمن أبوعوف ....

٢ - أ.د. عنايات على لبيب ....

٣ - أ.د. محمد العربى شمعون ....

٤ - أ.د. نادية محمد الطويل ....

وكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث

أ.د. ماجدة إسماعيل

شكر وتقدير

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله الذي هدانا وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله

صدق الله العظيم

فالحمد والشكر لله خالصاً لجلال وجهه وعظيم سلطانه علي ما حباني به من علم وتوفيق لإتمام هذا البحث في صورته الحالية.

ومن حق ذوي الفضل عليّ الإشادة بفضلهم لذا يسعدني أن أتقدم بأسمي آيات التقدير والعرفان بالجميل إلي الأستاذ الدكتور/ عنايات علي لبيب، الأستاذ المتفرغ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي علي توجيهاتها العلمية الصادقة وما أعطته للباحثة من وقت وجهد وعلم ليكون هذا البحث علي ما هو عليه الآن، فكانت نعم الأم والأستاذ لم تتدخر جهداً لتقديم المساعدة والتشجيع وأسأل الله أن يجزيها عني خير الجزاء.

كما أتقدم بكل الوفاء والتقدير للأستاذ الدكتور/ نادية محمد الطويل الأستاذ بقسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي علي سعة صدرها وإرشاداتها العلمية الصادقة التي كان لها بالغ الأثر في إخراج هذا البحث بهذه الصورة.

ويطيب لي أن أتقدم بخالص الشكر والتقدير إلي الأستاذ الدكتور/ صفية عبد الرحمن أبو عوف، والأستاذ الدكتور/ محمد العربي شمعون علي كريم تفضلهما وقبولهما إثراء هذه الجلسة العلمية ومناقشة هذه الرسالة.

ويسعدني أن أتوجه بالشكر والتقدير إلي الأستاذ الدكتور/ مصطفي حسين باهي وكيل كلية التربية الرياضية لشئون الدراسات العليا والبحوث بجامعة المنيا والأستاذ الدكتور/ محمد عاطف كامل رئيس تحرير مجلة رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية (رانم) لما قدماه للباحثة من توجيهات وإرشادات علمية، ولا يفوتني أن أتقدم بخالص الشكر إلي أمي التي مهما يكتب أو يقال لها فلن أوفيها حقها، كما أخص بالتقدير والعرفان زوجي الذي كان تشجيعه وصبره خير معين، وأشكر والدي وأخي لما قدماه من حب ومساعدة.

فلله الحمد علي ما حباني بكل هؤلاء.

والله ولي التوفيق،،،

فهرست المحتويـــات

الموضـــــوع	رقم الصفحة
الشكر والتقدير..	ج
قائمة المحتويات...	د
قائمة الجداول...	ز
قائمة الاشكال...	ح
قائمة المرفقات...	ط

الفصل الأول

أولاً: المقدمـــــــــــة.......................................	٢
ثانياً: مشكلة البحث وأهميته.................................	٤
ثالثاً: أهداف البحث...	١٠
رابعاً: فروض البحث..	١٠
خامساً: التعريف ببعض المصطلحات المستخدمة في البحث.	١٠

الفصل الثاني
الإطار النظري والدراسات المرتبطة

أولاً: *الإطار النظري*.

١- الإعاقة الذهنية:

– نبذة تاريخية عن الإعاقة الذهنية.................	١٣
– مفهوم الإعاقة الذهنية.............................	١٤
– تعريف الإعاقة الذهنية.............................	١٥
– محكات الإعاقة الذهنية.............................	١٨
– تصنيف الإعاقة الذهنية.............................	٢٠
– الفرق بين الإعاقة الذهنية والمرض العقلي وكيفية تشخيص الإعاقة الذهنية..........................	٢٣
– أسباب الإعاقة الذهنية.............................	٢٤
– خصائص الأطفال المعاقين ذهنيا.........	٢٦
– خصائص الأطفال المعاقين القابلين للتعلم.........	٢٩

٢- التربية الحركية : ٣٤
- أهمية وأهداف التربية الحركية........................
- أهداف التربية الحركية للمعاقين........................ ٣٦
- أهداف التربية الحركية للمعاقين ذهنياً............ ٣٦
- أسس برنامج التربية الحركية........................ ٣٧
- تنظيم برامج التربية الحركية للمعاقين ذهنياً من
فئة القابلين للتعلم........................ ٣٨
- محتوي برامح التربية الحركية للمعاقين ذهنياً من
فئة القابلين للتعلم ٣٩
٣- الكفاءة الحركية:
- مفهوم الحركة................................ ٤١
- مفهوم الكفاءة الحركية............................ ٤٢
- محددات الكفاءة الحركية........................ ٤٣
٤- الكفاءة النفسية والاجتماعية:
- مفهوم الكفاءة النفسية و الاجتماعية............ ٤٤
- محددات الكفاءة النفسية الاجتماعية.............. ٤٦
ثانياً: *الدراسات المرتبطة*.
- الدراسات العربية.............................. ٤٧
- الدراسات الأجنبية............................. ٥٧
- التعليق علي الدراسات المرتبطة.............. ٦٣

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

أولاً: خطة البحث:
- منهج البحث.................................. ٦٩
- مجتمع البحث................................. ٦٩
- عينة البحث.................................. ٦٩
- أدوات جمع البيانات........................... ٧٤

- برنامج التربية الحركية المقترح.................. ٨٠
ثانياً: إجراءات البحث.
- الدراسة الاستطلاعية........................ ٨٥
- القياسات القبلية............................ ٨٥
- تطبيق البرنامج المقترح........................ ٨٦
- القياسات البعدية............................ ٨٦
- المعالجات الإحصائية......................... ٨٧
الفصل الرابع
عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها
أولاً: عرض النتائج
- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة الحركية وتفسيرها. ٨٩
- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة النفسية والاجتماعيةوتفسيرها ٩١
- الجزء الأول .- الجزء الثاني .
ثانيا مناقشة النتائج
- مناقشة النتائج المرتبطة بالكفاءة الحركية . ٩٥
- مناقشة النتائج المرتبطة بالكفاءة النفسية والاجتماعية ٩٨
- الجزء الأول .- الجزء الثاني .
الفصل الخامس
الاستخلاصات والتوصيات
أولاً: الاستخلاصات............................ ١٠٣
ثانياً: التوصيات.............................. ١٠٣
قائمة المراجع
أولاً: المراجع العربية............................ ١٠٦
ثانياً: المراجع الأجنبيّة............................ ١١٤
ثانياً: مراجع شبكة المعلومات الدولية.................. ١١٨
قائمة المرفقات
ملخصا البحث
- ملخص البحث باللغة العربية
- ملخص البحث باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

الجدول	العنـــــوان	الصفحة
١	مستويات الدعم للأفراد المعاقين ذهنياً .	٢٠
٢	تصنيف الجمعية الامريكية للاعاقة الذهنية .	٢١
٣	اعتدالية بيانات أفراد عينة البحث (تجانس) في متغيرات (العمر الزمني – نسبة الذكاء – العمر العقلي – الطول – الوزن) .	٧٠
٤	اعتدالية بيانات أفراد عينة البحث (تجانس) في لختبار اللياقة الحركية متوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح	٧١
٥	اعتدالية بيانات أفراد عينة البحث (تجانس) في مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للاعاقة الذهنية (الجزء الأول) .	٧٢
٦	اعتدالية بيانات أفراد عينة (تجانس) في مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للاعاقة الذهنية (الجزء الثاني) .	٧٣
٧	لرباعي الأعلي والرباعي الأدني وقيمة " ت " ومستوي الدلالة لحساب صدق اختبار الذكاء لجود إنف هاريس .	٧٥
٨	ا معامل الارتباط لثبات الذكاء بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق لاختبار جود إنف هاريس .	٧٥
٩	عناصر اختبار اللياقة الحركية لمتوسطى الاعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح .	٧٦
١٠	معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس السلوك التوافق.	٧٩
١١	محتوي الوحدات التعليمية التي يشملها البرنامج .	٨٤
١٢	التوزيع الزمني لاختبار اللياقة الحركية.	٨٧
١٣	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة "ت" وحساب إيتا² لكل من القياس القبلي والقياس البعدي:لاختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح .	٨٩
١٤	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " وحساب إيتا² لكل من القياس القبلي والقياس البعدي لمقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الأول) .	٩١
١٥	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " وحساب إيتا² لكل من القياس القبلي والقياس البعدي لمقياسر لاختبار السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الثاني) .	٩٣

قائمة الأشكال

الشكل	العنـــــــوان	الصفحة
١	منحنى التوزيع الطبيعى للافراد حسب متغير المقدرة العقلية .	٣
٢	التقاء علامتى الاعاقة الذهنية .	١٩
٣	العلاقة بين العمر الزمنى و العمر العقلى .	٢٧
٤	رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى لاختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح .	٩٠
٥	رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى لمقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الأول) .	٩٢
٦	رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى لمقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الثانى) .	٩٤

قائمة المرفقـــــات

المرفق	العنـــــــــوان
١	اختبار جود إنف وهاريس. Good enough and Harris.
٢	اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الامريكية للصحة و التربية البدنية والترويح .
٣	مقياس السلوك التوافقي للجمعية الامريكية للاعاقة الذهنية .
٤	خطابات إدارية .
٥	أسماء السادة الخبراء .
٦	استمارة استطلاع رأي الخبراء .
٧	استمارة تفريغ البيانات .
٨	محتوي برنامج التربية الحركية المقترح .
٩	نموذج للدرس الأول من الوحدة التدريبية الأولي .
١٠	نماذج مصورة لبعض أنشطة البرنامج .

الفصـــل الأول

المقدمة

أولاً : مقدمـــــــــــــة.

ثانياً : مشكلة البحث وأهميتـــه.

ثالثاً : أهـــــداف البحـــث.

رابعاً : فـــروض البحـــث.

خامساً : التعريف ببعض المصطلحات المستخدمة في البحث.

أولاً: مقدمـــــة :

يتميز هذا العصر الذي نعيشه بكونه عصر الاتصالات بما يحويه مــن إزالة وتحطيم الفواصل الزمانية والمكانية. فقد أصبح العالم منفتحاً كمجال كــوني واحد مما أتاح الفرصة الكاملة لانتقال الأفراد والمعارف بسهولة ويسر من مكان لآخر، كما أصبح من الممكن التمتع بالمشاهدة الفورية للمعلومات وقت صدورها مما يلزمنا بإعادة النظر في أسلوب حياتنا وحياة أبنائنا (٢٣:٢٤).

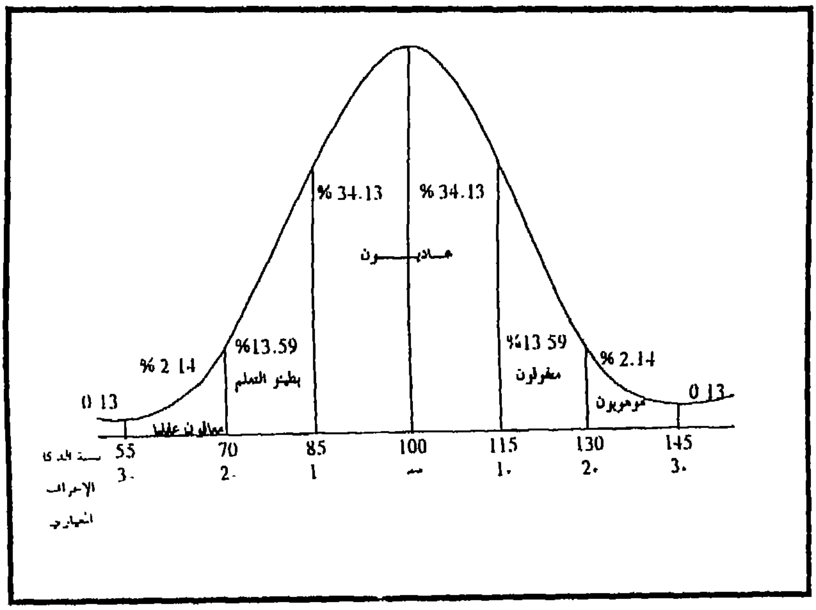
وقد تأثرت التربية الرياضية بهذا التطور التكنولوجي والدفع العلمي، حيث تعتبر ميداناً من ميادين التربية الصحيحة وجزءاً هامــاً مــن بــرامج الإعداد لمجتمع أفضل، ووسيلة للحكم علي مستوي تقدم الدول وتحضــرها، ولم يقتصر هذا علي فئة الأسوياء فقط، بل شمل أيضاً عالم المعاقين (ذوي الاحتياجات الخاصة)، فالتربية حق من الحقوق الأساســية لجميــع أفــراد المجتمع والأطفال سواء كانوا أسوياء أو معاقين، وإن كان هذا يحدث بطرق ومعدلات ومستويات مختلفة، وهذا ما يتضمنه إعلان حقوق المعاقين ذهنيــاً الذي تبنته الأمم المتحدة في عام (١٩٧١م) والذي ينص في أحد بنوده علي أن الشخص المعاق ذهنياً له حق الرعاية الطبية السليمة والعلاج الفيزيــائي وقدر من التعليم والتأهيل والتوجيه يساعده ليظهر قدراته وأقصــي طاقاتــه (٧٤ : ٣٦).

وجدير بالذكر أنه قد بدأ الاهتمام بالمعاقين بعــد انتهــاء الحــرب العالمية الثانية، عندما أصيب ملايين الجنود والأفراد بالعديد من الإعاقــات المختلفة وأصبح هناك ضرورة ملحة لتأهيل هؤلاء الأفراد طبياً واجتماعيــاً وذهنياً (١٢ : ٤٥).

وتشير تقــارير منظمــة الصــحة العالميــة *"World Health Organization" (WHO)* والمراجع العلمية بهذا الصدد إلــي أن عــدد المعاقين ارتفع من (١٠%) حتى وصل إلي (١٣%) من عدد سكان العالم، وتجمع هذه النسبة بين الإعاقة الجسمية والعقلية والحسية، وتحظي الــدول النامية بثلثي هذه النسبة نظراً لتعرض هذه الدول لكثيــر مــن المشــكلات المرتبطة بالفقر والملاحظ أن الإعاقة الذهنية تمثل نسبة (٣,٢%) تقريباً من

عدد السكان في العالم، ومن تلك النسبة يوجد حـــوالي (٧٥%) مـــن ذوي الإعاقة الذهنية البسيطة و(٢٠%) من ذوي الإعاقة الذهنية المتوسطة، أمـــا الـــ (٥%) الباقية فهي من ذوي الإعاقة الذهنية الشديدة. وتري الباحثـــة أن هذه النسب ليست بالدقة التي يمكن أن يعتمد عليها كنسب حقيقية (١١٧).

وتعتبر المعاقين ذهنياً واحدة من الفئات الرئيسية من الأحتياجات الخاصة، حيث تقع هذه الفئة إلي أقصي يسار منحنى التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية، وتعرف الإعاقة الذهنية بأنها تمثل مستوي من الأداء الوظيفي العقلي الذي يقل عن المستوي المتوسط، وتظهر في مراحل العمر النمائية منذ الميلاد وحتى سن (١٨) عاماً، ويمثل الشكل (١) منحني التوزيع الطبيعي للقدرة العقلية وموقع كل فئة من فئات القدرة العقلية كالمعاقين ذهنياً وبطيئ التعلم والمتفوقين والموهوبين، ونسبة الذكاء والانحرافات المعيارية التي تقع ضمن حدود كل فئة (٤٢ : ٢).



شكل (١)

منحني التوزيع الطبيعي للأفراد حسب متغير القدرة العقلية

ويجمع موضوع الإعاقة الذهنية بين اهتمامات العديد من ميادين العلم والمعرفة، كعلم النفس والتربية والطب والاجتماع والقانون، وعلي ذلك ظهرت تعريفات طبية وسيكومترية، واجتماعية وتربوية لموضوع الإعاقة الذهنية، حيث يركز التعريف الطبي علي الأسباب المؤدية إلي إصابة المراكز العصبية في المخ، كالأسباب الوراثية والبيئية، ويركز التعريف السيكومتري علي التدني الواضح في نسبة الذكاء، في حين يركز التعريف الاجتماعي علي مدي نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه مقارنة مع نظرائه الأسوياء من نفس المجموعة العمرية التي ينتمي إليها الفرد، أما التعريف التربوي فيركز علي التدني الواضح في التحصيل الدراسي وخاصة في مهارات القراءة والكتابة والحساب (٣٠ : ٢-٥).

وقد تطور مفهوم الإعاقة الذهنية نتيجة للتقدم العلمي، وبدا هذا واضحاً من خلال تعريف الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية *"American (AAMR) Association of Mental Retardation"* لسنة (١٩٩٢م) والذي أشار إلي أن الإعاقة الذهنية: ما هي إلا قصور جوهري في القدرات العقلية والتي تكون وظائفها دون المتوسط ويكون هذا مصحوباً بقصور في جانبين أو أكثر من المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة التالية (الاتصال، رعاية الذات، الحياة المنزلية، المهارات الاجتماعية، التعامل مع المجتمع، توجيه الذات، الصحة والأمان، العمل الأكاديمي، قضاء وقت الفراغ والعمل) ويظهر هذا القصور منذ المرحلة الجينية وقبل سن الثامنة عشر (٨٠ : ١٢).

تعتبر العناية بالطفولة والاهتمام بها وبأنشطتها من أهم المؤشرات علي تقدم المجتمع ورقيه، فتتميز الدول المتقدمة وفقاً للتقارير التي تصدرها الهيئات الدولية بأن أطفالها أكثر صحة ويتصفون بنمو جسمي وعقلي سليم، كما أنهم أكثر تعليماً وثقافة بالمقارنة بالدول النامية الأخري، لذلك يلجأ المسئولون والمخططون لبرامج تربية الأطفال والمشرفون علي العملية التربوية إلي التفكير والتخطيط المنظم والدقيق ليتمكنوا من تصميم وإعداد برامج تربوية غنية بالمهارات والأنشطة الحركية والفنية والموسيقية التي تهدف إلي تحقيق النمو الشامل للطفل جسمياً وعقلياً واجتماعياً (٢٠ : ٤٦).

وإذا كان هذا هو الحال بالنسبة للأطفال الأسوياء، فإن الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة وبخاصة المعاقين ذهنياً منهم في حاجة أكبر لمثل هذه الرعاية والعناية، حيث يشكلون طاقات معطلة جزئياً أو كلياً، ويحتاج تعطل طاقة الفرد الإنتاجية إلي مواجهة شاملة وعمل دؤوب من أجل وضع أسس الحلول المناسبة، كذلك فإن الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة قد لا تساعدهم قدراتهم علي التأقلم مع غيرهم من الأسوياء، ومن ثم فهم يحتاجون إلي نوع معين من الرعاية (٥٨ : ٢١٤).

وتعد فئة المعاقين ذهنياً في مصر من أكثر فئات المعاقين عدداً وهي تمثل (١٥ مرة) ضعف الشلل الدماغي، (١٥ مرة) ضعف الصمم، (٣٠ مرة) ضعف إصابات العمود الفقري، (٣٦ مرة) ضعف كف البصر، كما أن مشكلاتها تزداد كماً وكيفاً، وتشير المراجع العلمية بأن نسبة (١%) فقط من عدد المعاقين ذهنياً – بما فيها مصر – يختصون بالرعاية، بينما (٩٩%) لا يحصلون علي أي قدر من الاهتمام (١٢ : ١٤).

والإعاقة الذهنية كما أشار إليها مختار حمزة (١٩٧٩م) (٥٩)، وأحمد عكاشة (١٩٩٢م) (٤)، وحامد زهران (١٩٩٤م) (١٠)، وخليل ميخائيل (١٩٩٤م) (١٣)، هي حالة عدم النمو العقلي بدرجة تجعل الفرد عاجزاً عن موائمة نفسه مع البيئة ومع الأفراد الأسوياء بصورة تجعله دائماً في حاجة إلي رعاية وحماية خارجية، وتحدث الإعاقة الذهنية منذ فترة الحمل الأولي أو أثناء تكوين البويضة إلي أن يبلغ الطفل سن الثامنة عشر، ولا يمكن الشفاء منها مادام قد حدثت بل يتركز العلاج في مساعدة الطفل المعاق ذهنياً عن طريق البرامج التعليمية والتأهيلية والتوجيهية لتحقيق أقصي مستوي ممكن من الأداء الوظيفي.

وبناءً علي ذلك فإن انخفاض مستوي الذكاء بمفرده لا يعتبر دليلاً علي الإعاقة الذهنية ما لم يؤدي ذلك إلي الحيلولة دون حدوث عمليات التوافق وإلي التأثير بشكل سلبي علي مستوي سلوك الفرد في مقابلة حاجاته الشخصية والاجتماعية، فالقصور في السلوك التوافقي "Adaptive Behavior" هو العلامة الرئيسية الثانية علي الإعاقة الذهنية بعد انخفاض

مستوي نسبة الذكاء، لذلك يري كمال إبراهيم، (١٩٩٦م) أن قياس السلوك التوافقي لا يقل أهمية عن قياس نسبة الذكاء، فلا يكون الفرد معاق ذهنياً إذا حصل علي نسبة ذكاء أكثر من (٧٠) درجة و سلوكياته في الأسرة ومع جيرانه حسنة ومناسبة لجنسه وسنه ومتفقة مع معايير مجتمعه وقادراً علي الاعتماد علي نفسه وتحمل مسئولياته بحسب ما هو متوقع منه (٤٧ : ٨٢).

والإعاقة الذهنية يستدل عليها كما ذكر ريمر *"Rimmer"* (١٩٩٤م) من خلال الآتي:

١- الحصول علي نسبة ذكاء أقل من (٧٠) درجة.

٢- عدم التوافق مع النفس والمجتمع.

٣- ظهور العلامتين السابقتين في مرحلة الطفولة (قبل سن الثامنة عشر) (١٠٢ : ٢٤٩).

أي أن ظهور إحدي العلامات السابقة لا يعتبر الفرد معاقاً ذهنياً، حيث لابد من ظهور الثلاث علامات مجتمعة، وهم يؤثرون ويتأثرون بالقدرات الإدراكية الحس حركية للفرد المعاق ذهنياً، فالأطفال المعاقين ذهنياً يعانون من معوقات جسمية وصعوبات حركية تعوقهم عن استخدام ما لديهم من ذكاء في العناية بأنفسهم وتؤثر علي نضجهم الاجتماعي والنفسي وتزيد من انحرافاتهم السلوكية وقد تنتج هذه الصعوبات عن بعض التلف في النخاع الشوكي أو الأعصاب المحيطة وقد تتمثل في ضعف وضمور في بعض العضلات أو تيبسها وعدم التآزر العضلي العصبي وضعف الإدراك الحسي الحركي وعدم الاتزان، فهم يمشون بطريقة متعثرة وغالباً ما يصطدمون بسهولة بأي مانع حتى ولو كان ملحوظاً ولذلك كان من الضروري أن يكتسب الطفل المعاق ذهنياً القدرة علي الإحساس بالفراغ والاتجاهات والتكامل بين جانبي الجسم والتوافق العضلي والاتزان (٤٧ : ٣١٣) ، (٥٩ : ٢٩٦).

تعد برامج التربية الرياضية للأطفال المعاقين ذهنياً من أهم البرامج التعليمية والتربوية وضرورة ملحة لهذه الفئة في وقتنا هذا، ولقد كان لمجهودات ماريا منتسور *"Maria Montesor"*، كما يشير فاروق صادق (١٩٨٥م) الفضل الأكبر في توجيه الأنظار إلي أهمية الاستعانة بالأنشطة التي يغلب

عليها الطابع الحركي والتي تأسست نظريتها علي فرض أن التدريب النوعي للجهاز العصبي عن طريق تدريب العضلات والحواس يمكن أن يقوي الموصلات المستقبلة فتستثير الجهاز العصبي المركزي وتستثير القشرة المخية لأداء عقلي أكثر نشاطاً، ويمكن عن طريق التربية الحركية توظيف الاستعدادات والقدرات الخاصة بالطفل المعاق ذهنياً من خلال استثارة قدراته وإمكاناته (٤١ : ٥٤).

وبقليل من الملاحظة يمكن التعرف علي الطفل المعاق ذهنياً من خلال سمات تشكل في مجملها عدم النضج الاجتماعي، وضعف التواقق الحركي، وكذا ميكانيكية الجسم وبعض التشوهات القوامية التي غالباً ما تصاحب هذه الفئة مع انخفاض الحيوية وصعوبة في اتباع التعليمات والقدرة علي التركيز وانخفاض ملحوظ في الكفاءة الإدراكية والحركية مع مستوي أقل في قدرات الرؤية والسمع والكلام والإحساس.

وفي هذا الصدد أشارت دراسات كلاً من عرفة سلامة (١٩٨٧م) (٣٥)، وسحر عبد الله (١٩٩٧م) (١٨) إلي أن المعاقين ذهنياً يعانون من انتشار التشوهات القوامية والخلقية أكثر من تواجدها لدي الأسوياء بما يعمل علي مواجهتهم بصعوبات كثيرة في الحركة تمنعهم من استغلال ما لديهم من طاقات وتؤثر علي نضجهم وتوافقهم الاجتماعي والانفعالي.

كما أشارت دراسة نوال شلتوت (١٩٨١م) (٧١) إلي أن الأفراد المعاقين ذهنياً يظهر لديهم انخفاضا في مستوي اللياقة البدنية وقدرات الأداء البدني بالمقارنة بأقرانهم الأسوياء .. ويكون واضحاً أن الأطفال المعاقين ذهنياً يحتاجون إلي تحسين في بعض الأبعاد مثل اللياقة البدنية، القدرة الحركية وتوافق ميكانيكية الجسم.

وأشارت ا لكثير من الدراسات المقارنة إلي أن الأطفال المعاقين ذهنياً يحققون نتائج منخفضة في مقاييس الرشاقة، المرونة، الاتزان، سرعة الاستجابة مقارنة بأقرانهم من الأطفال الأسوياء، وبوجه عام فإن الأداء الحركي لدي حالات الإعاقة الخفيفة والمعتدلة عند الصغار تؤول للتأخر من سنتين إلي أربع سنوات عن أقرانهم الأسوياء، وتؤدي بعض الفروق إلي

الفشل في استيعاب مهارة حركية أكثر منها عجزاً عن تنفيذ المهارة كما ذكر ذلك كل من كارل ب. ولافاي *"Carl B. & Lavay"* وفقاً لدراسة فايت "Fait" (١٩٥٦م) حيث يرجع التأخر في الحركة إلي ضعف عوامل الانتباه والتقليد وربما لم يعطوا الفرصة لتحديات كافية ليصلوا إلي مستويات من القوة والتوافق (٨٧ : ١٩٧ ، ١٩٨).

وأشار كوزوب وآخرون *"Kozub et Others"* (٢٠٠٠م) (٨٩) في دراسة قاموا بها بعنوان الأداء الحركي المتواصل عند الأطفال الأسوياء والأطفال المعاقين ذهنياً أنه بالرغم من أن الأطفال المعاقين ذهنياً أشارت أنه قد تم تدعيم أدائهم بثلاث فصول تعليمية إضافية إلا أنهم أظهروا انخفاضاً في القدرة علي الأداء الحركي المتواصل بصورة ملحوظة عن أقرانهم الأسوياء.

كما أشارت دراسة كل من بركسان عثمان (١٩٧٨م) (٨)، صلاح الدين نظمي (١٩٨٦م) (٢٧) إلي أهمية الرياضة للأفراد المعاقين ذهنياً وتأثيرها الإيجابي علي الجوانب البدنية والصحية والعقلية والنفسية لهم.

كذا دراسة كل من عبير الرحمن شوتيه (١٩٩٦م) (٣٤) أشارات لأهمية البرامج الرياضية للأطفال المعاقين ذهنياً في تحسين الانقباض العضلي، ودراسة عبد الرؤوف القاضي (١٩٩٨م) (٣٠) أشارت لأهمية الاتزان لدي هذه الفئة، ودراسة نرفانا نصر الدين (١٩٩٩م) (٧٠) التي أوضحت أهمية هذه البرامج لممارسة المهارات الرياضية، وأجمعت جميع هذه الدراسات علي أهمية هذه البرامج في تحسين اللياقة البدنية والتحمل للمعاقين ذهنياً. وكذلك أوضحت دراسة كوثر الموجي (١٩٨٩م) (٤٩)، ومحمد عبد الحميد (١٩٩٦م) (٥٥) ورانيا صبحي (١٩٩٨م) (١٥) وآمال مرسي، ومها العطار (٢٠٠٠م) (٥) والتي أسفرت دراساتهم عن الآثار الإيجابية للأنشطة البدنية والحركية علي التوافق الاجتماعي والتوافق النفسي والتكيف العام لدي العاقين ذهنياً.

وتستخلص الباحثة مما سبق أن من أهم احتياجات الطفل المعاق ذهنياً هو إشعاره بأن الفروق بينه وبين الأطفال الأسوياء إنما هي فروق

ضئيلة، وذلك من خلال إتاحة الفرص الملائمة له للمشاركة الفعالة الناجحة في اللعب الجماعي، وإن كان الطفل المعاق ذهنياً لا يستطيع اكتساب المهارة بدرجة عالية مثل الطفل السوي، لذلك ينبغي التأكيد علي تعليم المهارات الحركية الأساسية كالوقوف الصحيح والمشي والجري والوثب والتعلق ... الخ، باعتبارها حركات أساسية هامة لتكيفه البيئي مع محاولة تعلمه بعض المهارات الحركية الرياضية التي تتناسب وحالته، والتي لا تتطلب أبعاداً معرفية كثيرة أو توافقاً عالياً بين أجزاء جسمه وفي نفس الوقت تعمل علي زيادة مستوي اللياقة البدنية وتحسين النغمة العضلية بهدف إصلاح القوام.

مشكلة البحث وأهميتة :

لذلك كان هناك حاجة ماسة إلي برامج رياضية خاصة ومتطورة في مجال التربية الحركية لتعليم وتدريب هذه الفئة من المجتمع التي تحتاج إلي رعاية خاصة ودراسات مبنية علي أسس علمية تعمل علي استثمار ذكائهم المحدود وإمكانياتهم بأفضل الطرق وإلي أقصي حد ممكن للأخذ بيدهم ليجدوا أنفسهم بين أفراد المجتمع محققين أكبر قدر ممكن من التوافق النفسي والاجتماعي، وبالتالي تحقيق سلوك توافقي جيد يساعدهم علي الاندماج في المجتمع كمواطنين منتجين معتمدين علي أنفسهم بدلاً من أن يظلوا عالة علي أسرهم ومجتمعهم، كما تشير اتجاهات التربية الحديثة إلي دمج هذه الفئة في المجتمع ومساعدتها علي أن تعيش الحياة الطبيعية بأقصي قدر مستطاع.

لذا رأت الباحثة وضع برنامج مقترح مستعينة بالاتجاهات الحديثة للتربية الحركية وأنشطة تحسين الكفاءة النفسية والاجتماعية لدراسة مدي فعالية هذا البرنامج علي الأطفال المعاقين ذهنياً.

ثالثا: *أهداف البحث* :

يهدف هذا البحث إلي:

- وضع برنامج للتربية الحركية يتناسب مع الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠-٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩-١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ - ٧) سنوات.
- تأثير البرنامج المقترح علي الكفاءة الحركية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠-٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩-١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥-٧) سنوات.
- تأثير البرنامج المقترح علي الكفاءة النفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠-٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩-١٣) سنة، ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥-٧) سنوات.

رابعا: *فروض البحث* :

- توجد فروق ذات دلاله إحصائيه بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي والقياس البعدي للكفاءة الحركية في اتجاه القياس البعدي.
- توجد فروق ذات دلاله إحصائيه بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي و القياس البعدى للكفاءة النفسية والاجتماعية في اتجاه القياس البعدي.

خامسا: *التعريف ببعض المصطلحات المستخدمة في البحث* :

***البرنامج* :**

هو كل الخبرات المتوقعة من المنهج، ويتضمن المحتوي وطرق التدريس والأهداف التعليمية والإمكانات والوقت المخصص (٦) .

برنامج *التربية الحركية* للمعاقين ذهنيا :

تعريف الجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح *"American Association of Health, Physical Education and Recreation" (AAHPER)* بأنها " البرنامج المتنوع للنمو من الأنشطة والألعاب والأنشطة الرياضية، الإيقاعية لتناسب ميول وقدرات وحدود

الأطفال ممن لديهم نقص في القدرات ليشتركوا بنجاح وأمان في أنشطة البرنامج العام للتربية البدنية " (١٢ : ٥٦).

الإعاقة الذهنية :

" الإعاقة الذهنية ترجع إلي قصور جوهري في مستوي الأداء الحالي، ويظهر هذا القصور بشكل واضح في أن الوظائف العقلية تكون دون المتوسط ويكون مصحوباً بقصور في جانبين أو أكثر من المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة الآتية : التواصل، رعاية الذات، الحياة المنزلية، المهارات الاجتماعية، استخدام خدمات المجتمع، توجيه الذات، الصحة والأمان، المواد الأكاديمية الوظيفية، قضاء وقت الفراغ والعمل، وتظهر الإعاقة قبل سن الثامنة عشر. (تعريف الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية لسنة ١٩٩٢م *"AAMR"* *(THE AMERICAN ASSOCIATION OF MENTAL RETARDATION)* (١١٠)

الكفاءة الحركية :

قدرة المعاق ذهنياً علي توظيف ميكانيكية جسمه لأداء الواجب الحركي بالدرجة التي تمكنه من إنجاز هدف أو عمل معين ومدي السيطرة علي هذا الأداء، وتميزه بالتوافق والتحكم والوعي وذلك بأقصي مدي تسمح به قدراته سواء أكان واجب حركي خاص أو مجموعة واجبات حركية كما يقسها مقياس السلوك التوافقي . (تعريف إجرائي)

الكفاءة النفسية والاجتماعية :

مدي تحقيق الفرد المعاق ذهنياً للتوافق والتوازن بين نفسه وبيئته لإشباع حاجاته الشخصية والاجتماعية، ودرجة إحساسه بالارتياح والأمن الداخلي تجاه نفسه. وقدراته واتجاهاته، وإدراكه لنفسه في علاقاته مع الآخرين. (تعريف إجرائي)

الفصل الثاني
الإطار النظري والدراسات المرتبطة

أولاً: الإطار النظري:

١- الإعاقـــــة الذهنيـــــــة.

٢- التربيـــــة الحركيـــــــة.

٣- الكفــــــاءة الحركيـــــة.

٤- الكفاءة النفسية والاجتماعيـــة.

ثانياً: الدراسات المرتبطة:

- الدراســــات العربيـــــــة.
- الدراســــات الأجنبيـــــة.
- التعليق علي الدراسات المرتبطة.

الإطار النظري والدراسات المرتبطة

أولاً: الإطار النظري:

١- الإعاقة الذهنية:

نبذة تاريخية عن الإعاقة الذهنية:

أثار وجود الشخص المعاق اهتمام المجتمعات القديمة، ومما يدل علي ذلك وجود رسم لطفل مشلول علي جدران أحد المعابد الفرعونية بقرية بني حسن بالمنيا.

كما كانت بعض الشعوب البدائية تلجأ إلي قتل الأطفال الذين لا تظهر عليهم بادرة ذكاء باعتبارهم فئة عاجزة عن القيام بعمل في المجتمع، وكانوا يقتلون ذوي الإعاقات اعتقاداً منهم أن في ذلك خدمة إنسانية واجتماعية للأفراد الأصحاء. وقديماً في اليونان كان الناس يلقون بالأطفال المعاقين للوحوش للفتك بهم، كما اتخذ الرومان من المعاقين ذهنياً مجالاً للتسلية، حيث كان المبدأ السائد هو معاقبة المعاق (٤)(١١)(١٣)(١٧) .

وبدخول المسيحية والإسلام نادت هذه الأديان السماوية بالرحمة تجاه هذه الفئات، وأصبح هناك من ينادون بالرعاية لهم مثل " القديس يوحنا "[١]، "والخليفة عمر بن عبد العزيز[٢] " الذي أمر بإحصاء المعاقين وتخصيص مرافق لهم.

وفي عام (١٨٥٠م) بدأ الاهتمام بالمعاقين ذهنياً علي يد سيجان *"Segan"* بالولايات المتحدة الأمريكية، ثم تأسست الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية عام (١٨٧٦م). وبدأت ذروة الاهتمام الأمريكي بالإعاقة الذهنية عام (١٩٦٠م) بقيادة الرئيس " جون كينيدي " حيث كانت شقيقته " روزماري " *"Roz Mary"* معاقة ذهنياً، ثم أسست شقيقتهم " أويونيس كينيدي شرايفر " برنامج الأوليمبياد الخاص للمعاقين ذهنياً منذ أكثر من ثلاثين عاماً تقريباً. فأصبح برنامجاً عالمياً يضم (١٣٤) فرعاً علي مستوي العالم، وقد كانت أول دورة أوليمبية لهذه الفئة عام (١٩٦٨م) في ولاية شيكاغو، وبدأت بعشرة معاقين وصلوا عام (٢٠٠١م) إلي أكثر من ٥٠٠٠ معاق ذهنياً من الجنسين. (١٢ : ٢٢-٢٤).

---

1 أحد تلامذة السيد المسيح عليه السلام

2 خليفة أموي، وخامس الخلفاء الراشدين

وفي مصر بدأ الاهتمام بالمعاقين ذهنياً حيث صدر قانون الضمان الاجتماعي الأول رقم ١١٦ لسنة (١٩٥٠م) بغرض تنظيم ورعاية الفئات الخاصة، وذلك تحت إشراف وزارة الشئون الاجتماعية. فقد نصت المادة (٤٢) علي قيام وزارة الشئون الاجتماعية باتخاذ التدابير الضرورية لإنشاء وتنظيم المعاهد والمدارس، كذلك توفير الخدمات الخاصة لعلاجهم وتدريبهم وتوجيههم وإعدادهم للعمل. (١١ : ٣٠٢) ،

مفهوم الإعاقة الذهنية:

اختلف الكثير من العلماء حول معني مفهوم الإعاقة الذهنية وتسمية الأفراد الذين يعانون من انخفاض المستوي العقلي الوظيفي، فتستخدم مصطلحات مثل العته *"Idiocy"* والوهن أو النقص العقلي "Deficiency Mental" والمأفون *"Moron"* والضعيف عقلياً *"Mentally Impaired"* وبالنسبة للتسمية اللاتينية للمرض يستخدم الأطباء الإنجليز اسم *"Amentin"* بينما يفضل الأمريكيون اسم *"Hypo Phrenia"* وهي جميعها مصطلحات تشترك في المعني العام، وتعني النقص أو التأخر العقلي، ويفضل أغلب الأطباء التسمية الأمريكية لبروز معني النقص *"Hypo"* عن التسمية الإنجليزية التي تعني انعدام العقل، حيث يرفض الباحثون فكرة وجود أي إنسان بدون عقل علي الإطلاق، ومن مرادفات المصطلح الأمريكي أيضاً نقص العقل *"Mental Defective"*، وضعف العقل *"Feeble Mindedness"* بينما تتبني الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية مصطلح التأخر العقلي أو الإعاقة الذهنية *"Mental Retardation"*. (٩٧ : ٣٠٣) ، (٤٨ : ٢٠١،٢٠٢)

ويتفق اتجاه الباحثة مع اتجاه معظم الأبحاث الحديثة في استخدام مصطلح الإعاقة الذهنية كبديل لمصطلح التخلف العقلي أو غيره من المصطلحات الأخري، بالرغم من كونها مرادفات، لكن انطلاقاً من النقد

الموجه لهذه المصطلحات حيث ارتبطت بعضها في مجتمعنا بوصم الطفل بالضعف والإعاقة كما تلازمت أيضاً مع سلوكيات غير مسئولة مما يولد شعورا سلبيا نحو الأفراد المصابين، ولكن مع تقدم العناية بهذه الفئات واكب المفهوم هذا التطور، فانتشرت مفاهيم أخري مثل ذوي الاحتياجات الخاصة كإشارة للمعاقين بصفة عامة والمعاقين ذهنياً كإشارة أكثر تحديداً لهذه الفئة، وقد ساعد علي انتشار هذه المصطلحات في مجتمعنا المصري ارتباطه بتفوق هذه الفئات في بطولات الأوليمبياد الخاص *"Special Olympics"*، ومن هنا أصبح مصطلح الإعاقة الذهنية مرتبط بالأداء الحركي والإنجاز، لا بالتأخر والإحباط، فهي عرض وليس صفة. لأن الفرد المعاق ذهنياً هو أولاً وقبل أي شئ إنسان.

تعريف الإعاقة الذهنية:

تتنوع تعاريف الإعاقة الذهنية طبقاً للخلفيات النظرية للباحثين والدارسين بتنوع تخصصاتهم، فهناك التعاريف الطبية كتعريف بينويت *"Benoit"* (١٩٥٩م) " أنه حالة من الضعف في الوظيفة العقلية نتيجة عوامل دلخلية أو خارجية تؤدي إلي تدهور كفاءة الجهاز العصبي، مما ينتج عنه نقص في القدرة العامة للنمو والتكامل الإدراكي والفهم حيث يؤدي بشكل مباشر إلي ظهور الكثير من مظاهر سوء التكيف مع البيئة. والتعاريف الاجتماعية كما عرفته ماريا سبونسر وآخرون *"Maria Sponcer & Others"* (١٩٩١م) بأنه يتحدد وفقاً للفاصل الزمني في تشخيص الحالة علي أنها إعاقة عقلية وفقاً لشروط حددتها ببدء ظهور الحالة سواء منذ الولادة أو في سن مبكرة وأن تظل كذلك حتى بلوغ سن الرشد وبعده، بحيث يظل الفرد المعاق ذهنياً دون الأفراد الأسوياء من حيث القدرة العقلية والكفاءة الاجتماعية والمهنية فلا يستطيع أن يسير أموره بمفرده، وترجع تخلفه في الأصل إلي عوامل تكوينية وراثية أو نتيجة للإصابة بمرض، وهي حالة مستعصية بالضرورة ولا تقبل الشفاء " وكذلك التعاريف التربوية والنفسية ويقدم دافيسون ونيل *"Davison & Neal"* (١٩٩٠م) تعريفها الذي يزاوج بين

الجوانب التعليمية والاجتماعية علي أنها "حالة عامة من الانخفاض في الأداء الوظيفي الخاص بالعمليات العقلية والتعليمية بشكل واضح وملحوظ، وهي حالة توجد مقترنة بأشكال متعددة من جوانب القصور في السلوك التكيفي تظهر خلال الفترة النمائية " (١٠٧ : ١٠٣-١٠٧)

وحيث أن الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية *"American Association of Mental Retardation" (AAMR)* هي المعنية رسمياً بتعريف الإعاقة الذهنية عالمياً، فسوف تعرض الباحثة ثلاث تعريفات لهذه الجمعية تشكل تطور مفهوم وتعريف الإعاقة الذهنية بالعالم.

١- **تعريف عام (١٩٧٣م):** " أن الإعاقة الذهنية حالة ينخفض فيها الذكاء العام عن المتوسط بشكل ملحوظ، وينتج عنه أو يصاحبه سلوكيات توافقية سيئة تحدث في مراحل النمو " (٢٤ : ١٢).

٢- **تعريف عام (١٩٩٢م):** يشير إلي أنه يرجع إلي قصور جوهري في القدرات العقلية الشخصية، ويظهر هذا القصور بشكل واضح في أن الوظائف العقلية تكون دون المتوسط ويكون مصحوباً بقصور في جانبين أو أكثر من جوانب المهارات التوافقية التالية: التواصل، رعاية الذات، الحياة المنزلية، المهارات الاجتماعية، استخدام الخدمات المتاحة بالمجتمع، توجيه الذات، الصحة والأمان، العمل الأكاديمي، الوقت الحر والعمل، ويظهر هذا القصور قبل سن الثامنة عشر (١٠٢ : ٢٤٩).

ويقصد بالمهارات التوافقية التي يشير إليها التعريف التالي:

- التواصل: ***"Communication"***

هو القدرة علي فهم المعلومة والتعبير عنها من خلال السلوكيات الرمزية مثل الكتابة أو الكلام وغير الرمزية كتعبيرات الوجه.

- **العناية بالذات** ***"Self-Care"***

يقصد بها المهارات المرتبطة بالنظافة الشخصية، الأكل، الملبس، العادات الصحية، والمظهر اللائق.

- الحياة المنزلية *"Home Living"*

هي المهارات المرتبطة بالوظيفة المنزلية مثل العناية بالملابس وإعداد الطعام وتدبير شئون المنزل.

- المهارات الاجتماعية *"Social Skills"*

هي المهارات المرتبطة بالتبادل الاجتماعي مع الأفراد الآخرين مثل الاستجابة للتلميحات والإشارات في المواقف أو التعرف علي مشاعر الآخرين.

- الوقت الحر *"Leisure Time"*

يقصد به تنمية الذات الموجهة للنشاط الممارس خلاله والتي تعكس الاختيار الشخصي.

- الصحة والأمان *"Health & Safety"*

هي المهارات التي تحفظ للفرد الصحة والأمان مثل النظام الغذائي المناسب، والإسعافات الأولية.

- توجيه الذات *"Self-Directing"*

هي تلك المهارات المرتبطة باتخاذ الاختيارات والقرارات، والمبادرة في الأنشطة المختلفة الملائمة والاحتفاظ بها حتى إكمالها.

- العمل الأكاديمي الوظيفي *"Functional Academic Work"*

يقصد بها تلك القدرات المعرفية المرتبطة بالتعلم في المدرسة والتي يمكن أن تطبق في مواقف الحياة مثل (الكتابة – القراءة – الحساب) وغيرها.

- استخدام الخدمات المتاحة بالمجتمع *"Community Use & Work"*

يقصد بها تلك المهارات المرتبطة بالاستخدام الملائم لمصادر التسهيلات في المجتمع مثل السفر والتسوق وأماكن الترفيه وغيرها.

٣- تعريف أغسطس ٢٠٠٢م: " إن الإعاقة الذهنية إعاقة توصف من خلال قصور جوهري في كل من الوظائف العقلية والمهارات التوافقية الفكرية والاجتماعية والعملية والتي تنشأ قبل سن الثامنة عشر "، وهنا يجب الإشارة إلي أنه لم يتم تعميمه رسمياً بعد. (١١٠)

ويجب مراعاة ما يلي عند تطبيق هذا التعريف:

١- القصور في الوظائف يجب أن يحدد طبقاً لوسط وبيئة مطابقة تماماً التي يعيش فيها الفرد وأن يتم مقارنته بمجموعات مماثلة له من حيث السن والثقافة.

٢- يجب الأخذ في الاعتبار ثقافة الشخص والفروق اللغوية، كما يؤخذ في الاعتبار طرف الاتصال والإحساس والحركة والسلوك التوافقي.

٣- الانتباه إلي أنه كما يوجد أوجه قصور داخل الشخص لابد وأن يكون هناك أوجه قوة.

٤- توضيح أوجه القصور حتى يمكن وضع خطة تدعيم شخصية مناسبة.

٥- تقديم طرق الدعم لفترة مناسبة سوف تتحسن الوظائف الحياتية للشخص المعاق بوجه عام.

محكات الإعاقة الذهنية:

١- نسبة الذكاء:

وحددها العلماء بنسبة الذكاء التي تقاس علي اختبارات الذكاء المقننة مثل ستانفورد بينيه *"Stanford Binet"*: و " ويكسلر *"WechsLer"* وغيرهم، حيث تكون منخفضة عن المستوي العام (أقل من ٧٠ درجة).

٢- قصور في جانبين علي الأقل في المهارات التوافقية:

الذي يظهر في استخدام أساليب توافقية تدل علي قلة مستوي الكفاءة النفسية والاجتماعية، وضعف الاستفادة من الخبرات السابقة وتسمي هذه الخاصية بعدم الصلاحية الاجتماعية، والتي تظهر في عدم قدرة الفرد علي تصريف أموره أو الاعتماد علي نفسه، وقد أطلقت الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية علي هذا العرض (السلوك التوافقي السئ).

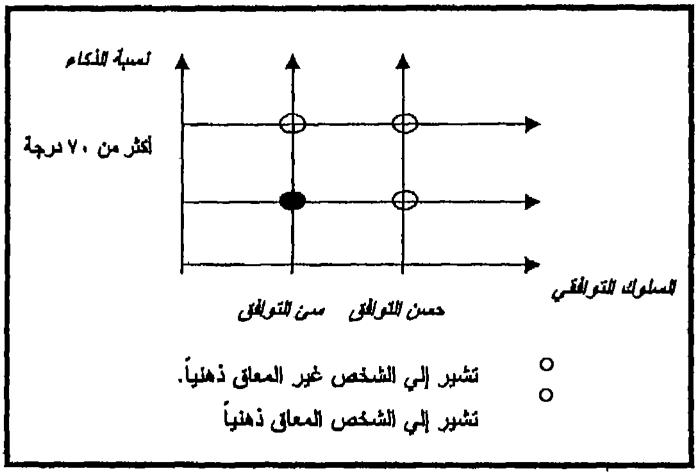
ويستدل علي ذلك من خلال وجود انحرافين معياريين عن المتوسط علي الأقل في إحدي الآتي:

أ- قصور في إحدي أنواع السلوك التوافقي الآتية: الفكرية أو الاجتماعية أو العملية.

ب- الدرجة الكلية التي يتم الحصول عليها في اختبار للمهارات التوافقيــة الفكرية والاجتماعية والعملية (١١٠).

٣- ظهور هاتين العلامتين السابقتين في سن مبكرة:

حيث أن الشخص الذي لا تظهر عليه علامات الإعاقة الذهنية حتى سن (١٨) سنة لا يمكن إصابته بالإعاقة الذهنية في مراحل حياته التالية، ولا يعتبر الفرد معاقاً ذهنياً إذا حصل علي نسبة ذكاء أقل من (٧٠) درجة وكان قادراً علي التوافق مع نفسه ومجتمعه توافقاً حسناً، كذلك لا يعتبر الفرد معاقاً ذهنياً إذا كان سئ التوافق وحصل علي نسبة ذكاء عادية أو وأقل من العادية لأن سوء هذه الحالة راجع إلي عوامل أخري غير انخفاض المستوي العقلي. شكل (٢) (٤٧ : ٢٢).



شكل (٢)

التقاء علامتي الإعاقة الذهنية

٤- مدي الدعم الذي يحتاج إليه الفرد:

وتنقسم مستويات الدعم كالآتي:

جدول (١)

مستويات الدعم للافراد المعاقين ذهنيا"

مستوي الدعـــــم	التفسيـــــــــــر
١- عدم احتياج الفرد المعاق ذهنياً إلي دعم خارجي *"No Support Needed"*	يكون مكتفياً ويعتمد علي نفسه دون اللجوء للآخرين
٢- دعم بسيط *"Minimal Support"*	مساعدة بشكل غير دائم، كلما لزم الأمر في بعض المجالات، مثل المواصلات، الحياة المنزلية، الدفاع عن النفس
٣- دعم شامل وأساسي *"Substantial / Extensive Support"*	مساعدة مستمرة منتظمة بالإضافة إلي التعليم والإرشاد الصحيح ووجود مرافق أثناء أداء المهارات التوافقية.
٤- دعم دائم *"Continuous Support"*	يحتاج لملاحظة دائمة وعناية علي مدي الأربع وعشرون سساعة

(١٠٧ : ١٠٣-١٠٧)، (١٠٢ : ٢٤٩)

تصنيف الإعاقة الذهنية:

١- التصنيف الطبي:

أ- **من حيث مصدر الإصابة:** أولي *"Primary"* بسبب عوامل وراثية جينية أو ثانوية *Secondary* بسبب عوامل مكتسبة بيئية.

ب- **من حيث درجة الإصابة:** إصابة شديدة مثل " العته " *"Idiot"* أو إصابة أقل مثل " المورون " *"Moron"* أو إصابة ظاهرية بسبب حرمان بيئي وثقافي.

ج- **من حيث زمن الإصابة:** أثناء الحمل " المرحلة الحينية " أو أثناء الـــولادة أو بعد الولادة " المرحلة النمائية ".

د- **من حيث المظاهر الجسمية:** المنغولية *"Mongolism"* – الاستسقاء الدماغي *"Hydrocephaly"* – كبر حجم الدماغ *"Hacrocephaly"* – صغر حجم الدماغ *"Microcephaly"* – القزامة *"Cretinism"* – العامل الريزيسي *"RH Factor"*. (١٠٥ : ٩٧-١١١)

٢ـ التصنيف السلوكي (النفسي) والتربوي:

يعتمد هذا التصنيف علي مستوي الأداء الوظيفي والسلوكي لدي الفرد طبقاً لنسبة الذكاء، أو مستوي الإعاقة الذهنية أو القدرة علي التكيف الاجتماعي، أو التعلم والقدرة علي التحصيل الدراسي، ويوضح ذلك جدول (٢)

جدول (٢)

تصنيف الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية

درجة الإعاقة	الفئـــة	التفسير التربوي	نسبة الذكاء	
			ستانفوربينية	ويكسلر
١	بسيطي الإعاقة *Mildly Retarded*	قابل للتعلم *"Educable"* قادرون علي تعلم الحد الأدني من المهارات الأكاديمية الأساسية مثل المهارات اللغوية والحسابية	(٥٢-٧٦) درجة	(٥٥-٩٦) درجة
٢	متوسطي الإعاقة *Moderately Retarded*	قابل للتدريب *"Trainable"* يجدون صعوبة في تنمية المهارات الأكاديمية الوظيفية، فغالباً ما يجتازون المستوي الثاني في القراءة والحساب، كما أن لديهم تأخراً في مهارات العناية بالذات	(٣٦-٥١) درجة	(٣٩-٥٤) درجة
٣	شديدي الإعاقة *Severely Retarded*	غير قابل للتدريب *"Non-Trainable"* يعتمدون بشكل كبير علي الآخرين ويحتاجون للإشراف ولا يستطيعون تحصيل الحد الأدني من المهارات التوافقية	(٢٠-٣٥) درجة	(٢٥-٣٨) درجة
٤	تام الإعاقة *Profoundly Retarded*	معتمد علي الآخرين *"Totally Dependant"* يحتاجون إلي رعاية خاصة ومستمرة	من ١٩ درجة فأقل	من ٢٤ درجة فأقل

(١٠١ : ٦٧-٧٣)، (١١٠)

٣- التصنيف الاجتماعي:

وهذا التصنيف صادر أيضاً عن الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية *American Association of Mental Retardation (AAMR)* معتمداً علي مقياس السلوك التوافقي "*Adaptive Behavior Scale*" حيث يحدد هذا المقياس مدي قدرة المعاق ذهنياً علي التكيف والتعلم والنضج وهو في صورة مستويات:

المستوي الأول:

يضم الأفراد الذين لديهم انحرافاً سلبياً بسيطاً عن المعايير الاجتماعية ويمكنهم التكيف بدرجة مقبولة ويستطيعون الاعتماد علي أنفسهم في كثير من شئونهم الشخصية ويستطيعون التعامل بالعملة، بحسب قيمتها والتعرف علي المواقيت وأيام الأسبوع ويفشلون في معرفة الشهور وفصول السنة.

المستوي الثاني:

يشمل الحالات التي لديها انحراف سلبي واضح عن المعايير الاجتماعية المقبولة ويعتمدون علي الآخرين في كثير من شئونهم ولكنهم يستطيعون حماية أنفسهم من الأخطار الطبيعية، كما أنهم يتعرفون علي الأشياء بإستعمالاتها ويتعرفون علي إخوانهم ويميزون الصباح والمساء ولكنهم لا يعرفون التوقيت، كما أنهم لا يستطيعون التنقل في البيئة التي تحيط بمنزلهم.

المستوي الثالث:

يضم الأفراد الذين لديهم انحراف سلبي شديد عن المعايير الاجتماعية المقبولة ولا يستطيعون التكيف ويعتمدون علي الآخرين في كل شئونهم تقريبا مع وجود صعوبات في النطق وعدم القدرة علي التعبير وتسمية الأشياء المألوفة بصعوبة ويفشلون في إدراك الزمان والمكان ولا يميزون بين الليل والنهار، وإذا خرج من بيته يضل طريق العودة.

المستوي الرابع:

يضم الحالات التي لديها انحراف سلبي عميق عن المعايير الاجتماعية المقبولة ولا يستطيعون التكيف ويعتمدون علي الآخرين مدي الحياة اعتماداً كلياً، ولكن يمكن إكسابهم العادات الأساسية التي تمكنهم من قضاء حاجاتهم الضرورية في التغذية وضبط الإخراج وإذا توافرت الرعاية الاجتماعية والتأهيلية المناسبة يمكن تدريبهم علي بعض الأعمال اليدوية البسيطة. (٨٢ : ٩١-١٠٥).

الفرق بين الإعاقة الذهنية والمرض العقلي وكيفية تشخيص الإعاقة الذهنية:

لابد من التفرقة بين المصطلحات المعبرة عن الإعاقة الذهنية مثل الضعف العقلي والنقص أو القصور العقلي والتأخر أو التخلف العقلي وغيرها من المصطلحات التي تعبر عن حالة النقص أو القصور أو عدم اكتمال النمو العقلي المعرفي التي ولد بها الفرد أو تحدث في سن مبكرة نتيجة العوامل الوراثية، ووظيفة تشخيص الإعاقة الذهنية تقترب من المفهوم الكامل والشامل المتعدد الأوجه الذي يتضمن مجموعة من الفحوص والتقارير الطبية والاجتماعية التعليمية والنفسية، كما هو متبع في منهج دراسة الحالة.

ويوصي فاروق الروسان (١٩٨٩م) بالأخذ بالاتجاه التكاملي في تشخيص الإعاقة العقلية الذي يتضمن التشخيص من خلال الفحوص والتقارير الطبية بمختلف صورها وأنواعها والذي يشمل التاريخ الصحي للفرد ومراحل نموه وما يعتريها من تأخر أو اضطراب في وظائف أعضاء الجسم، وملاحظات الطبيب العامة علي معدلات النمو، ومدي كفاءة الجهاز العصبي والنفسي والحسي للفرد بالإضافة إلي الفحوص الطبية والمعملية الخاصة بالدم والبول والغدد والتقارير الخاصة بالأمراض والحوادث التي تعرض لها الفرد أثناء الطفولة المبكرة وظروف الولادة والعيوب والتشوهات الخلقية وغيرها من الأمور الطبية، هذا بالإضافة إلي التشخيص النفسي الذي يشمل القدرة العقلية العامة والقدرات الاجتماعية ومستوي الذكاء والمهارات اللغوية والاجتماعية والحالة الانفعالية والعوامل الوراثية أو المرضية أو البيئية التي تؤثر علي الجهاز العصبي للفرد مما يؤدي إلي نقص الذكاء وضعف مستوي الأداء في المجالات التي ترتبط بالنضج والتعلم والتوافق النفسي والاجتماعي مما يؤدي إلي سوء التوافق خاصة مع استحالة الشفاء من تلك الأعراض، أما المرض العقلي فهو مرض يصيب الأفراد الأسوياء من ذوي الذكاء المرتفع والعادي في أي مرحلة من مراحل العمر، وهو مرض قابل للشفاء مثله مثل الكثير من الأمراض الأخري إذا ما توافرت له الرعاية الطبية السليمة، وذلك مثل مرض الاكتئاب وغيره من الأمراض العقلية (٤٢ : ١٢).

ولذا فإن التشخيص التكاملي لابد أن يشتمل علي المهارات التكيفية والعقلية والحالة النفسية والانفعالية والحالة الجسمية الطبية، والحالة الاجتماعية والاقتصادية، ويشير فاروق إبراهيم نقلاً عن سكالوك وآخرون *"Schalock & Others"* (١٩٩٤م) علي أن التشخيص التكاملي لابد أن يتضمن بروفيلا كاملاً عن الفرد المعاق ذهنياً ويقدم وصفاً تفصيلياً لحالته بمختلف أبعادها وجوانبها لتحديد قدراته ومهاراته ومدي حاجته إلي المساعدة والرعاية والتأهيل (٤٧).

كما يوجد أيضاً التشخيص التربوي الذي يقوم به أخصائيو التربية الفكرية من أجل تحديد نوعية الخدمات التربوية المناسبة للطفل والتي تتلاءم مع قدراته وإمكاناته، وتحديد ما يعانيه من أوجه القصور الأكاديمي، هذا بالإضافة إلي تحديد مدي قدرته علي التعلم وسلوكه في المدرسة وتاريخه التعليمي منذ التحاقه بمدارس التربية الخاصة لتحديد أنسب الوسائل التي يمكن أن تساعد علي تعليمه وتحسين مستوي تحصيله المدرسي.

أسباب الإعاقة الذهنية:

أولاً: الأسباب البيولوجية (العضوية):

١- مرحلة ما قبل الحمل:

أ- تعاطي الأم للعقاقير الكيماوية لها تأثير علي البويضة، كذلك إصابتها ببعض بالأمراض.

ب- الأمراض الوراثية التي تتمثل في اضطراب الكروموزومات، فتعتبر إحدي العوامل الرئيسية فإذا حدث زيادة في عددها لتصبح ٤٧ كروموزوم ينتج طفل منغولي *"Mongolism"*.

ج- زيادة عمر الأم عن ٤٥ عاماً يزيد من احتمالات ولادة طفل معاق ذهنياً نظراً لتعرض البويضة للمؤثرات الخارجية (الأدوية الكيمياوية)

٢- أثناء الحمل:

أ- الأمراض (الحمي الألمانية – الجدري – الزهري – السل – الفشل الكلوي – بعض حالات السكر – الإيدز – تسمم الحمل).

ب- الكيماويات (تناول أدوية لها آثار جانبية ضارة علي الجنين).

ج- الإشعاع (النووي - السيني).
د- التغذية (سوء التغذية).
هـ- الغدد (خلل في إفرازاتها، وخاصة الغدة الدرقية).
و- فصائل الدم (لختلافها لدي الأبوين وظهورعامل الريزورس *RH Factor*).
ز- اضطرابات المشيمة أو الحبل السري (انفصال المشمية أو عدم كفاءتها).

٣- أثناء الولادة:

أستخدام جهاز الشفط - نقص الأكسوجين - الولادة المبكرة.

٤- ما بعد الولادة:

أ- النقص الشديد في الوزن: قد يؤدي إلي الإعاقة الذهنية واحتمالاته عالية جداً وهؤلاء الأطفال يتراوح وزنهم عند الولادة ما بين (١ - ١,٥) كجم.
ب- نقص نمو الجنين: يؤدي إلي ارتفاع نسبة البيلودبين بالدم، وترسبها في خلايا المخ.
ج- قلة نسبة السكر في الدم: يؤدي إلي حدوث تلف في بعض أجزاء بالمخ وبالتالي الإعاقة الذهنية.
د- الاضطرابات الجينية: نتيجة اضطرابات حمض الفينيلكيتونوريا *"Phenylketonuria"* وهو يحدث بسبب ارتفاع مستوي " فينيلالينين " *Phenylalanine* فيؤدي إلي الإعاقة الذهنية.

٥- أثناء المرحلة النمائية:

أ- عدوي (الالتهاب السحائي - الحمي المخية الشوكية - التهاب الدماغ).
ب- إصابات الرأس الطارئة.
ج- الكيماويات (تناول بعض الأدوية والمستحضرات - التسمم بالرصاص - الغازات الضارة).
د- التغذية (سوء التغذية ونقص المواد البروتينية).

ثانيا: ***العوامل البيئية (الاجتماعية)***:

هي عبارة عن مؤثرات بيئية تحدث ردود فعل وظيفي تساعد علي حدوث الإعاقة الذهنية، ومن أهم هذه العوامل الاضطرابات النفسية الانفعالية التي تحدث في مرحلة الطفولة المبكرة وضعف المستوي الاجتماعي والاقتصادي والحرمان وهي المثيرات الكافية التي تساعد علي النمو السليم وتؤدي إلي الكفاءة العقلية والنفسية والاجتماعية والانفعالية.

وقد أثبتت الأبحاث أن الطفل المعاق ذهنياً غالباً ما ينتمي إلي بيئة محرومة نفسياً واجتماعياً واقتصادياً، وتتحكم عوامل مثل (تكدس السكان – سوء التغذية – عدم توافر الرعاية الصحية – كثرة عدد الأطفال في الأسرة الواحدة – طبيعة الحياة في تلك الأسر – الجو الأسري – عدم وجود عناية للنمو العقلي للطفل). (٤٧ : ١١٥،١٦٢)، (١٠١ : ١٢٨-١٣٠)، (١٠٤ : ٦٤٨-٦٥٠)، (٧٨ : ١٨٧)

خصائص الأطفال المعاقين ذهنياً:

١- *الخصائص العامة:*

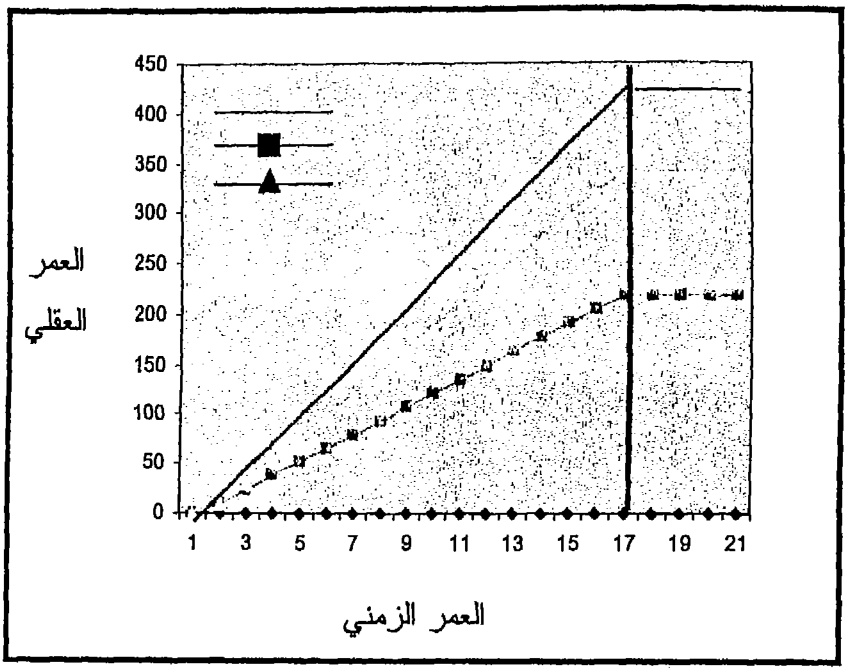
تتلخص في تأخر النمو العام والقابلية للتعرض للإصابة بالأمراض وقصر متوسط العمر، والعجز الجزئي أو الكلي عن كسب القوت وعن المحافظة علي الحياة، وقرب الرغبات من المستوي الغريزي، وجمود ورتابة الحياة، والسلوك العام الطفلي.

٢- *الخصائص الجسمية:*

- كلما قلت نسبة الذكاء واقتربت من (٥٠) درجة كلما بدأت الفروق عن الأسوياء تظهر، فهم أقل في الوزن العام ووزن المخ والطول.
- أما ذوي حالات الإعاقة الذهنية المتوسطة، فيختلف نموهم الجسمي بسبب الأمراض الوراثية التي تسبب إعاقتهم الذهنية مثل المنغول والقصاع وصغر وكبر حجم الجمجمة.
- ويصاب المعاقين ذهنياً عامة بتشوهات في شكل الأذنين والعينين والفم والأسنان واللسان وتشوه الأطراف فتكون قدرتهم علي مسك الأشياء والتحكم فيها ضعيفة، وأيضاً عدم التناسب بين وزن الطفل وطوله واضطرابات في النشاط الجنسي.

٣- *الخصائص العقلية المعرفية:*

- يتسم الطفل المعاق ذهنياً ببطء في النمو العقلي، حيث يبلغ أقصي عمر عقلي له (١٠ – ١١) سنة أو أقل في حالة الإعاقة البسيطة و (٧ – ٨) سنوات في حالة الإعاقة المتوسطة ويوضح ذلك شكل (٣) (٦٧ : ٦٠).



شكل (٣)

العلاقة بين العمر الزمنى و العمر العقلى

- ضعف الانتباه، حيث يكون محدود المدة والمدي وسهل التشتيت، وذلك لأن مثيرات الانتباه عنده ضعيفة وعدم القدرة علي الانشغال بأكثر من موضوع واحد.
- قصور في الإدراك، خاصة التمييز والتعرف بسبب قصور حواسه وعمليات الانتباه والتذكر.
- ضعف الذاكرة فيتعلمون، ببطء وينسون بسرعة.
- قصور في التفكير، فيتوقف نمو ذوي الإعاقة البسيطة عند مستوي التفكير العياني واستخدام المفاهيم الحسية والصور الذهنية والحركية ويتوقف عند مستوي الماديات والمحسوسات ولا يقدرون علي استيعاب القوانين والنظريات والمبادئ.
- ضعف الحصيلة اللغوية، كنتيجة للقصور العقلي وضعف النطق، وهي من أكثر المشاكل التي تواجههم في محاولاتهم أن يكونوا جزءاً متكاملاً من المجتمع. (٣٢ : ٤٤)، (٤٧ : ٢٨٠-٢٨١)، (٨٦ : ١١٣)

٤- الخصائص الحركية:

- يواجه المعاقين ذهنياً صعوبات حركية كثيرة ناتجة عن تلف جزئي للنخاع الشوكي أو الشلل الدماغي البسيط أو اختلال مراكز الحركات اللاإرادية مما يعيقهم عن ممارسة النشاط العقلي العضلي الحركي بحرية تامة مما يؤدي ذلك إلي التقليل المكاني الذي يتحركون فيه مما يثبط الدافع إلي البحث والاستكشاف ويحد من كم الخبرات المكتسبة ويقلل فرص التفاعل الاجتماعي ومشاركة الآخرين في العمل والنشاط.
- كما يتصف المعاقين ذهنياً بضعف في التوافق وميكانيكية الجسم وانخفاض ملحوظ في الكفاءة الإدراكية الحس حركية وانخفاض مستوي استطالة العضلات وقلة مرونة الحركة وعدم التوازن في المشي وبطئه والانحناء في العمود الفقري، ولديهم عجز كبير في طريقة أدائهم للمهارات الحركية الأساسية كالرمي واللقف والمسك، ولا يستطيعون أداء الحركة إلا بعد التدريب عليها وتكرارها عدة مرات. (٣٢ : ٨١)، (٥٧ : ٢٧٩)، (٦ : ٢٩٦)

٥- الخصائص النفسية والاجتماعية:

- تتلخص في صعوبة واضطراب التوافق والتفاعل الاجتماعي ونقص الميول والاهتمامات والانسحاب والعدوان ونقص تحمل المسئولية واضطراب مفهوم الذات والسلوك التكراري وعدم القدرة علي إنشاء علاقات اجتماعية فعالة والميل إلي مشاركة الأصغر سناً في نشاطاتهم.
- عدم التقدير فهم يتميزون برؤية غير واقعية للذات وأيضاً السلوك الذي يتضح منه عدم الشعور بالأمن وسهولة الاستثارة.
- حب تملك أشياء الآخرين، الأنانية وحب الناس، الاستئثار باهتمام الآخرين، عدم الوفاء بالوعد الاتسام بالخوف، عدم الاطمئنان للأفراد وارتفاع نسبة القلق.
- النشاط الزائد ونمطية الاستجابة والانحرافات السلوكية والعاطفية ونقص تحمل الإحباط، كما أنه سهل الانقياد ولا يكترث بالمعايير الاجتماعية ولديه شعور بالدونية وضعف الثقة بالنفس. (٣٢ : ٤٦)، (٤٧ ، ٣٥)، (٣٩ : ٣٣٩)

خصائص الأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم:

- يتشابه الأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم في عدد من الخصائص والسمات العامة التي تميزهم عن غيرهم من الأطفال الأسوياء من جانب وعن أقرانهم من الأطفال المعاقين ذهنياً من الجانب الآخر. (١٧ : ١٠٦).
- ويحدث النمو العقلي لهؤلاء الأطفال بمعدل نصف إلي ثلاثة أرباع سنة خلال السنة الزمنية، لكنه لا يصل أبداً إلي معدل النمو العقلي العادي للأطفال الأسوياء، حيث يتوقف نموهم العقلي عند سن(١٠-١١)سنة تقريباً. (٤٣ : ٢٣٨).
- وعلي الرغم من قدرة هؤلاء الأطفال علي التعلم إلا أنهم يحتاجون إلي جهد كبير وأساليب خاصة لأن مقدرتهم علي التعلم لا تنمو إلا في سن متأخرة، كما أنهم يتسمون بعدم القدرة علي إدراك المفاهيم ويجدون صعوبة كبيرة في تكرار العبارات والجمل الطويلة. ولا يستطيع أطفال هذه الفئة أن يصلوا إلي أكثر من الصف الخامس الابتدائي مهما بلغ تدريبهم وتأهيلهم نظراً لقصور الوظائف والعمليات العقلية اللازمة لاستكمال الدراسة الأكاديمية خاصة بالنسبة للعمليات العقلية العليا كالتذكر والانتباه والتفكير والإدراك والتعميم، هذا علاوة علي انخفاض قدراتهم علي التخيل والتفكير المنطقي وإصدار الأحكام. لذا يعجزون عن التكيف مع المواقف الجديدة ويتسمون بالجمود والاستمرار في العمل علي وتيرة واحدة. (١٠٦ : ١٢٥-١٣٢)، (١٩ : ٦٦١).
- وكثيراً ما يتسم الأطفال بالنشاط الزائد والاندفاعية وكثرة الحركة وتشتت الانتباه وعدم القدرة علي الثبات في مكان واحد مما يؤدي إلي تزايد مشكلاتهم. (٨٩ : ٧).
- ويشير جيرهارت وآخرون *"Gearheart & Others"* (١٩٩٢م) إلي أن أهم ما يميز الأطفال المعاقين عقلياً فئة القابلين للتعلم عن غيرهم من الأطفال الأسوياء هو وجود عجز واضح واضطراب في المهارات الشخصية والاجتماعية وعدم القدرة علي التوجيه الذاتي أو المبادأة بالإضافة إلي بطء الفهم وعدم القدرة علي التفسير والاستيعاب مع صعوبة التعامل مع الأقران. (٩٠ : ٢٨٣).

كما أنهم يظهرون كثيراً من السلوكيات الاجتماعية غير المرغوبة والتي تكشف بوضوح عن الكثير من أوجه الاضطراب الداخلي والخلل في الشخصية مثل عدم الاتزان الانفعالي، والميل إلي الفردية وعدم القدرة علي مسايرة الآخرين، والقابلية للإيحاء وتزايد مستوي السلوك العدواني والمشكلات الأخلاقية مثل السرقة، والكذب، والمشكلات الاجتماعية مثل العزلة، والانطواء، والانسحابية ومشكلات عدم الانحياز ونقص الدافعية مثل شرود الذهن، وسرعة الشعور بالملل وعدم القدرة علي التركيز والانتباه، علاوة علي السلوك النمطي والتصرفات الشاذة مثل قضم الأظافر، والحركات العصبية للأرجل أو اليدين والعينين. (٣٧ : ١٧٤٣).

وهكذا يمكن استخلاص أن الأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم يقتربون من الأسوياء في الخصائص الجسمية إلا أنهم أقل قدرة حركية وعقلية، كما أنهم يعانون من الكثير من مظاهر الاضطراب النفسي والاجتماعي، مما يؤكد حاجاتهم الماسة إلي إعداد برامج خاصة تساعدهم علي تحقيق مستوي مناسب في نمو المهارات الحركية والاجتماعية ومساعدتهم علي التغلب علي مشكلاتهم النفسية.

تري الباحثة أن من أهم الحاجات النفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً تتلخص في الآتي:

١- إن للأطفال المعاقين ذهنياً نفس الحاجات النفسية التي للأسوياء، بل أنه قد يزيدوا عنهم في احتياجاتهم لإشباع بعض الحاجات النفسية أكثر من العاديين.

٢- يحتاج الأطفال المعاقون ذهنياً – أكثر من العاديين – للتقبل الاجتماعي والشعور بأنهم مرغوبون ومقبولون اجتماعياً كأشخاص لهم قيمة، وكذلك أن يتقبلوا أنفسهم.

٣- يحتاج الأطفال المعاقون ذهنياً إلي الفرص المناسبة التي تساعدهم علي النمو والارتقاء – حيث أن لكل طفل معاق مهما كانت درجة إعاقته القدرة علي أن يكبر وينمو – عن طريق تعرضه لخبرات متنوعة وحية تساعده علي النمو والارتقاء.

٤- يحتاج الأطفال المعاقون ذهنياً إلي الاستقلال والاعتماد علي النفس والشعور بالكفاءة والنجاح في أداء الأعمال وإنجازها، حيث أن تكرار تعرضهم للفشل والإحباط يجعلهم سلبيين، وهذا ما نتبينه في المؤسسات الإبداعية، حيث تجعلهم أكثر مطاوعة وخضوعاً، ويضعف رغبتهم في إثبات كفائتهم.

٥- كما أن الأطفال المعاقين ذهنياً في أمس الحاجة إلي التواصل مع الآخرين، بحيث يفهمهم الآخرون ويفهموا هم الآخرون، وعلي الآخرين أيضاً أن يظهوروا تفاعلهم مع الأطفال المتخلفين عقلياً سواء بالكلمات أو المشاعر والحركات الواضحة والصريحة والتي يستطيع أن يفهمها الطفل المعاق ذهنياً حيث أنه محدود الفهم للجوانب التجريدية.

٦- وإذا لم يتعرض الطفل المتخلف عقلياً لإشباع احتياجاته النفسية والاجتماعية، فإنه يشعر العجز والفشل والإحباط عما يترتب عليه أن يصبح الطفل من الشخصيات السيكوباتية التي تتسم بالسوك العنيف والعدواني، وبالتالي تصبح البرامج التربوية والتعليمية والإرشادية والخدمات التي تقدم للطفل المتخلف عديمة الجدوي والفاعلية مما تنعكس آثارها السلبية والمدمرة علي المعاق وأسرته والمجتمع، ولذلك ينبغي الاهتمام بالاحتياجات النفسية والاجتماعية للطفل المتخلف عقلياً لتجنب آثارها السلبية والخطيرة علي كل من الطفل المتخلف وأسرته والمجتمع (٩٥:٢٢)، (١٩١:٧٢)، (٧٤:٨٢).

اهم المشكلات التي تصاحب الإعاقة الذهنية :

في ضوء النظرة الشاملة التي اقترحها كروموبل Cromwell لشخصية المتخلفين عقلياً أنه عرضة للوهن النفسي وإظهار أعراض الاضطرابات النفسية والعقلية والانحرافات السلوكية، بسبب الخبرات السيئة التي يتعرضون لها أثناء تفاعلهم مع الآخرين سواء في البيت أو في المدرسة، أو في مراكز التدريب والمؤسسات التي يعملون بها أو بسبب

الضغوط النفسية والاجتماعية التي تتعرض لها أسرهم بسبب إصابة الجهاز العصبي المركزي التي أدت إلي تلك الإعاقة.

ويمكن تلخيص أهم المشكلات التي تصاحب الإعاقة الذهنية علي النحو التالي:

١- العجز كلياً أو جزئياً عن الإنتاج.

٢- التخريب والتدمير نتيجة للضعف العام البصيرة وعدم القدرة علي التفكير.

٣- التشرد الذي يرجع أساساً لعدم إدراكهم.

٤- السلوكط الإجرامي أو العدواني أو العنيف، كما تتسم جرائمهم بالبساطة والسهولة وعدم التعقيد لضعف إدراكهم وانقيادهم للغير.

٥- الوقوع في الانحرافات الجنسية واستغلالهم في ذلك.

٦- كما أن الإحباط الذي يتسم به المعاقون ذهنياً نتيجة عجزهم وإحساسهم بالفشل هو المسئول عن السلوك العنيف لدي الأطفال المعاقون ذهنياً وهذا ما تؤكده دراسة فوقية عبد الحميد (١٩٩٣م) عن استجابات الإحباط لدي ذوي الإعاقة، حيث أكدت نتائج الدراسة أن الأطفال المعاقون ذهنياً والذين يعانون من الإحباط أكثر عدواناً وعنفاً نحو الذات.

حيث أن المشكلات السابقة يرجع أسبابها في الكروموزومات مثل حالة الكروموزوم الزائد (XXY) مما يجعل سلوك الأطفال المعاقون ذهنياً علي درجة كبيرة من الاندفاعية والعدوانية والسلوك العنيف.

كما يأتي السلوك العنيف كنتيجة لارتفاع الدافعية نحو العنف مع اقتصاد تحكم كاف في النفس، ولذا فإن العنف غالباً ما يحدث في قليلي التحكم في النفس عند تعرضهم لأي درجة من الكرب وفي مفرطي التحكم في النفس عند تعرضهم لدرجة جسيمة من الكرب (وهنا يكون العنف أيضاً شديداً). كما أن الحماية الزائدة من جانب الآباء يقود بالمعاقين ذهنياً إلي الشعور بالفشل والإحباط وتقوية الشعور بالرفض والنزوع للعدوان والعنف (٤٦: ٢٢٠)، (٢٢: ٥٦)، (٣٨ : ١٣٧، ١٣٨).

٢- التربية الحركية:

التربية الحركية أو التربية من خلال الحركة منحني أو اتجاه جديد في التربية، مثلها مثل التعلم عن طريق الخبرة أو النشاط وكلها ظهرت منذ ظهور التربية الحديثة خلال الفترة الأخيرة بقصد إخراج التعليم المدرسي من صيغته التقليدية العقيمة في مناهج وطرق التعليم والتعلم إلي صيغ أكثر إيجابية وفاعلية في تكوين الفرد وتنميته إلي أقصي ما تؤهله له إمكاناته وقدراته ومواهبه. (٤٥ : ١٩).

وبذلك يعبر مصطلح " التربية الحركية " عن نظام تربوي مبني بشكل أساسي علي الإمكانات النفس-حركية الطبيعية المتاحة لدي الطفل (٦ : ٤٠).

والحركة لا تعني في هذا السياق التربوي أي حركة أو مجرد مجموعة من الحركات البدنية الصماء، إنما هي حركة مبنية أي تتميز بالفهم والاختيار والحساب والتوجيه والإصلاح والإتقان، فهي الحركة التي تجمع في ثناياها بين العقل والوجدان والقيم مع البدن (٤٥ : ١٢).

وتُعد الحركة في نظر العديد من التربويين " الطريقة المثلي والأسلوب الأفضل لتشجيع ودفع التجربة الفردية، وتعضيد الطرق للأداء الحركي وحل المشكلات الحركية بما يتناسب مع القدرات والإمكانيات والاستعدادات الفردية للأطفال "، ومن المعروف أن التربية التقليدية قد أعطت العقل والنمو العقلي اهتماماً، وبالرغم من أن التربية الحديثة قد فطنت إلي أن الإنسان كل متكامل عقلياً ووجدانياً وجسمانياً إلا أنها بوجه عام ظلت تعطي النمو العقلي أولوية علي سائر الجوانب الأخري، ومن هنا أتت التربية الحركية لتصحح هذه الصورة وتعيد التوازن، فاتخذت من حركة الجسم مدخلاً ونقطة بداية، وحرصت علي عملية النمو السليم لهذا الجسم بكل ما فيه من عقل ووجدان وكل ما ينبغي أن يرسخ فيه من قيم (٩٣ : ١١٢).

وقد عرف كيفارت *"Kephert"* التربية الحركية بأنها " ذلك الجانب من التربية الأساسية التي تتعامل مع النمو، والتدريب لأنماط الحركة الطبيعية الأساسية باعتبارها تختلف عن المهارات الحركية الخاصة بالأنشطة الرياضية " (١٠٠ : ٨١).

ويشير دافيد جالهيو *"David Galhue"* إلي أن التربية الحركية تلعب دوراً هاماً في تزويد الطفل بالخبرات الحركية التي تعمل علي تدعيم الحركة وتطويرها من خلال تأسيس أسلوب فعال مرتبط ارتباطاً وثيقاً بحياة الفرد المتعلم، كما تعتبر التربية الحركية أفضل الأساليب التعليمية التي تستهدف تعليم الأفراد وتدريبهم في المراحل المختلفة. فهي تعمل علي تزويد الطفل بكل المعلومات الخاصة بالحركة وتتيح له الفرصة للتقدم بعيداً عن شكل المنافسات (٩٣ : ١١٦).

وقد ذكر كل من هالسي وبورتر *"Halsey & Porter"* (١٩٧٨م) أن التربية الحركية هي خبرات معدة بأسلوب حل المشكلات، وهو ما يميز طريقها عن غيرها من طرق تدريس التربية الرياضية، ومن خلالها يتعلم الطفل كيف يفهم ويتحكم في الطرق العديدة التي يتحرك بها بجسمه (٩٤ : ٧٣).

ويري كلاً من أحمد السرهيد، وفريدة عثمان أن التربية الحركية عبارة عن أسلوب تربوي هادف، يتم عن طريق الاستعانة بالحركة، كما أنها تهدف في نفس الوقت إلي تعلم الحركة. فالحركة هي " موضوع التعلم " واللياقة البدنية والحركية والعقلية والوجدانية هي هدف هذا النوع من التعلم، والذي يتم عن طريق استثارة وتحدي قدرات الطفل المعرفية (١ : ٩).

أهمية وأهداف التربية الحركية:

الهدف الرئيسي والمباشر للتربية الحركية هو تحقيق اللياقة والكفاءة الحركية، وهي ذلك الجانب أو البعد من اللياقة البدنية المتعلق بالأداء أو الوظيفة أو الكفاءة الحركية في هذا البعد محصلة عوامل أساسية هي السرعة والتوافق والرشاقة والقوة والتوازن، بالإضافة إلي ذلك تساعد علي اكتساب كثير من المعارف والخبرات التي تفيد جوانب النمو الأخري والتربية الحركية إذا أحسن تعليمها تسهم في تحقيق أهداف تُكون نتائج تعليم وتعلم هذه التربية وتتلخص الأهداف فيما يلي:

- تشجيع المبادرة والإيجابية في الأطفال بحكم تعرضهم في التربية الحركية لمواقف تبدأ من واقعهم وقدراتهم وحفزهم علي التعلم.
- تقبل الطفل لذاته ورضاه عن نفسه وثقته فيها مادام هو ينمو ويكون نموه وفق قدراته وإمكاناته.
- تنمية قدرة الطفل علي العمل كعضو في مجموعة وما يتصل بذلك من تعلم لمعني الاحتمال والتسامح والتعاون.
- تنمية قدرة الطفل علي التفكير السليم وحل المشكلات.
- تنمية قدرة الطفل علي الحكم علي نفسه وتقويم نشاطه وعمله.
- مساعدة الطفل علي تنمية عالمه المكاني وعالمه الزماني مما يتيح من فرص التحرك في بيئته (٤٥ : ٤٠ ، ٤١).

وأشار أمين الخولي وأسامه راتب نقلاً عن لوثر *"Lowther"* أن الأهداف الأساسية التي يمكن أن تشتق من قيم التربية الحركية هي:

- خبرة التمتع بالحركة.
- الاكتشاف وحل المشكلات.
- تنمية فهم الحركة.
- الخبرة الحركية في حد ذاتها.
- التحليل والدراسة لفهم مفردات العمل الحركي.
- تحليل عناصر الحركة عامة كخطوة أساسية في تحليل المهارات الحركية، كما يعتقد لوثر *"Lowther"* أن أغراض التربية الحركية تتحقق من خلال إثارة الأطفال في مواقف بيئية بالتعليمات والإشارات مستنداً بذلك علي فكرة " الاندفاع أو الرغبة الوقتية " وذلك عن طريق طرح عدة أسئلة لحل مشكلة معينة.
- تنمية الطلاقة والمهارة الحركية.
- إثراء القيم والعمليات الاجتماعية الإيجابية.
- توضيح مفاهيم الأطفال حول بيئتهم.
- تنمية اللياقة البدنية والحركية للطفل.
- تساعد الأطفال في معرفة (كيف تعمل أجسامهم).
- تساعد علي إكساب الطفل الاتجاهات الطبيعية نحو مجتمعه(٦: ٢٢،٢٣،٤٢، ٤٣).

أهداف التربية الحركية للمعاقين:

كثير من المصطلحات تطلق التعبير عن ذلك الجانب من التربية الحركية الذي يهتم بغير الأسوياء من الأطفال، منها ما يقال له البرنامج الإصلاحي أو البرنامج المعدل أو ببرنامج التأهيل أو برامج التكيف أو إعادة التكيف، وأياً كان اسم هذا البرنامج فإن للتربية الحركية إسهاماتها الفعالة تجاه هذه الفئة من الأطفال، وهذا النوع من البرامج.

ومن منطلق " التكيف " كمبدأ يحكم ويقود أهداف التربية الحركية فإن فئة الأطفال المعاقين يجب أن تنال أكبر عناية من المسئولين عن تنفيذ برامج التربية الحركية، حيث يجب أن ينالوا القسط الأوفر من التنمية والتكيف.

ومفهوم برنامج التكيف في التربية الرياضية يهدف إلي جعل الطفل المعاق مقبولاً ومشاركاً بفاعلية في المجتمع بشكل عام، بحيث يمكن أن نشير إلي أنه بالإضافة إلي الأهداف العامة للتربية الحركية يمكن تلخيص أهم أهداف التربية الحركية للمعاقين "برنامج التكيف " فيما يلي:

١- تحسين اللياقة البدنية والكفاءة الحركية للطفل، بحيث يتمكن من مواجهة أفضل لمتطلبات حياته اليومية.
٢- تحسين سيطرة الطفل علي أعضاء جسمه وحركاته وزيادة الكفاءة الإدراكية الحركية له.
٣- إتاحة الفرصة للطفل ليمارس أو يشترك مع أقرانه العاديين في مواقف اللعب والحركة ذات الجهد المنخفض نسبياً.
٤- زيادة المهارات الحركية الأساسية وأنماطها وتزويده بالمهارات الحركية الرياضية الخاصة المناسبة في سبيل استغلال أفضل لوقت الفراغ (٦: ٢٩٥).

أهداف التربية الرياضية للمعاقين ذهنيا:

١- اكتساب التوافق الحركي والقوة العضلية، حيث يساعد ذلك علي أداء المهارات الأساسية الحركية كالوقوف والمشي والجلوس والحركة بأنواعها المختلفة وفقاً لمتطلبات الحياة.

٢- تنمية المهارات الحركية والمهارات الدقيقة لليدين، مع تنوع تلك المهارات لمقابلة الحاجات العقلية والنفسية والاجتماعية والبدنية.

٣- اكتساب المهارات الاجتماعية التي تساعد علي التفاعل مع الجماعات واللعب مع الأفراد، كما تنمي الجرأة والتعاون والتحكم في النفس عن طريق الاشتراك في الألعاب الجماعية.

٤- تعالج الانحرافات القوامية والقدرة علي الاسترخاء وإكسابه قواماً معتدلاً إلي حد ما.

٥- تنمي الشخصية والثقته بالنفس، وذلك بالنجاح في أداء الأنشطة الرياضية المتنوعة.

٦- تنمية الاتجاهات الاجتماعية السليمة، كالقيادة والإحساس بتحمل المسئولية والتصرف في المواقف المختلفة سواء كان ذلك في المدرسة أو المجتمع.

٧- تنمي العادات والاتجاهات الصحية السليمة.

٨- تنمي القدرات في حدود الإمكانات والاستعدادات للتأهيل المهني (١٢: ٣٢).

اسس برنامج *التربية الحركية*:

إن محور التربية الحركية " هو الحركة " هدفاً كانت أو وسيلة أو مضموناً، ولكي تكون التربية الرياضية الحركية وما تتضمنه من حركة سليمة وعلي المستوي التربوي المطلوب، فإنها ستستمد مقوماتها من مجموعة من الأسس المتشابكة وهي:

- طبيعة المتعلم الذي هو نقطة البداية والنهاية في التربية الحركية، وما تعنيه هذه الطبيعة من إيجابية، ومن خصائص نمو اتجاهات، وبخاصة جانب النمو الحركي، وما يميزه من فروق وهذا الأساس يمكن تسميته بالأساس النفسي أو السيكولوجي.
- طبيعة الحركة وما تعنيه من أشكال أو حالات، وما يحكمها من عوامل، وما تتطلبه إمكانات وقدرات وما لها من حدود ... إلي غير ذلك من الأمور التي عكف علي دراستها علم الحركة، وما يتصل به من علوم فسيولوجية، وعلوم طبيعية وصحية، وهذا الأساس يمكن تسميته بالأساس العلم-حركي.

- خصائص البيئة التي ينتمي إليها المتعلم في مجال التربية الحركية من عادات وتقاليد وقيم واتجاهات وآمال وإمكانات، وهذا الأساس يمكن تسميته بالأساس " الاجتماعي الثقافي ". (٤٥ : ٣٠ ، ٣١)

تنظيم برامج التربية الحركية للمعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعليم:

- تحتاج هذه النوعية من البرامج إلي تنظيم وتصميم يتمشي مع الخصائص والمواصفات التي يتصف بها الأطفال من هذه الفئة، وفيما يلي اعتبارات تساعد علي نجاح إدارة وتنفيذ البرنامج:

١- اهتمامات الطفل:

يجب أن تستثار الاتجاهات الموجبة لدي الطفل المعاق ذهنياً حتي يشارك بفعالية في البرنامج، وإذا لم تتوافر هذه الاتجاهات فإن بمقدور المدرس أن يستثيرها بعدة طرق بسيطة منها الأفلام المصورة، المصاحبة الموسيقية، استخدام لوحات وصور ملونة.

٢- طبيعة الأنشطة:

- يجب أن يتمشي نوع النشاط مع الاحتياجات النوعية والقدرات العقلية للمعاق ذهنياً، فعند تعليم مهارة حركية يجب تجزئتها إلي مراحل إن أمكن ثم تدمج مرة أخري حتي تؤدي بشكل متكامل، كما يجب اختيار أنشطة لا تعتمد كثيراً علي العمليات العقلية العليا كالتذكر والمعرفة، كذلك تبسيط شديد لقواعد اللعب ويستحسن الاستعانة بالوسائل السمعية والبصرية في تعليم هذه الجوانب المعرفية باعتبار أن المحتوي المعرفي يصل إلي إدراك الطفل المعاق ذهنياً بشكل مباشر إلي قشرة المخ دون دخول في عمليات الترجمة والتحويل.
- تعليم الطفل المعاق ذهنياً " أنماط الحركات الأمامية " يعتبر جانباً رئيسياً في محتوي النشاط، وذلك لاتصاف هؤلاء الأطفال بأسلوبهم الخاص " التنميط " واحتياجهم لواجب حركة محدود الأبعاد.

٣- الأجهزة والتسهيلات:

يفضل استخدام أدوات وأجهزة متنوعة الألوان والأشكال والأحجام وتوفير مساحة واسعة. ويراعي أن تكون من الأجهزة الصلبة المثبتة جيداً بالأرض منعاً للأنشطة العدوانية.

٤- اعتبارات في طرق التدريس والوسائل العلمية:

- يجب تجنب الشرح اللفظي المطول، وكذلك يجب إعادة التعليمات أكثر من مرة وبسرعة بطيئة نسبياً ووضوح تام وتجنب الاصطلاحات التقليدية في النداء.
- يعتبر النموذج من أهم طرق تعليم المعاق ذهنياً وكذلك الوسائل السمعية والبصرية.
- يجب تجنب العقاب البدني أو التهديدي، وكذلك يستحسن المغالاة في المديح والثناء، فيلعب دور التعزيز في التغذية المرتدة في التعلم الحركي، وإذا فشل الطفل المعاق ذهنياً في أداء مهارة معينة فيجب التحول إلي مهارة أبسط، لأن الهدف هو مرور الطفل بخبرة النجاح أكثر من جودة الأداء الحركي في حد ذاته.
- الأخذ في الاعتبار أن الأطفال المعاقين ذهنياً سريعو التعب علي الرغم مما يبدو عليهم من نشاط الزائد، فقدراتهم البدنية ضعيفة، لذلك يفضل تدريس المهارات الجديدة في بداية الدرس وقبل ظهور علامات التعب. (٦ : ٢٩٧-٢٩٩)

محتوي برامج التربية الحركية للمعاقين ذهنيا (فئة القابلين للتعلم) :

أوضحت العديد من المراجع بعض الأنشطة التي يجب أن تشملها التربية الحركية للمعاقين ذهنياً " فئة القابلين للتعلم " والتي تتمثل فيما يلي:

١- بعض المهارات الحركية الأساسية:

- المشي بإيقاع متنوع وأنماط مختلفة.
- الجري بإيقاع متنوع وأنماط مختلفة.
- الوثب بأنواعه وأنماطه.
- الحجل علي قدم واحدة مع التبديل.
- المروق من أسفل الأجهزة.

- التوازن بنوعيه الثابت والمتحرك.
- الزحف بين الأدوات.
- التسلق للسلالم والحبال والتعلق.

٢- بعض المهارات الأساسية باستخدام الأدوات:

- تنطيط الكرة.
- رمي ولقف الكرة.
- رمي الكرة علي الصولجانات.
- ركل الكرة بأنماط متنوعة.
- الوثب بالحبل.
- أنشطة الترامبولين.

٣- بعض الأنشطة الرياضية:

- مسابقات الميدان والمضمار.
- التمرينـــــات
- ألعاب الموانع.
- الجمبـــــاز.

٤- بعض الأنشطة الترفيهية:

- التقليد، كتقليد الطيور والحيوانات والسيارات.
- التمثيل الصامت " البنتومايين " أو الدراما العلاجية.
- الرقص الفردي أو الجماعي.

٥- بعض الأنشطة النفسية والاجتماعية:

- الأنشطة التي تتيح الفرص للمشاركة، والتي يتبادل فيها الأفراد المسئوليات.
- أنشطة تعديل السلوك الخاطئ والتدريب علي السلوك المقبول اجتماعياً.
- أنشطة تنمية مفهوم الذات وتنمية الشخصية عن طريق خبرات النجاح، وبالتالي تنمية الاستعدادات لط الشخصية (٤٥: ٦٣)، (٨٤ : ١٨٠)

٣ـ الكفاءة الحركية:

- مفهوم الحركة:

الحركة هي النشاط وهي الشكل الأساسي للحياة، وهي في مضمونها استجابة بدنية، وهي هادفة تؤدي إلي نشاط ملحوظ للعضلات الهيكلية، أي الحركة الإرادية.

ودوماً كانت الحركة هي الطريقة الأساسية في التعبير عن الأفكار والمشاعر والمفاهيم وعن الذات بوجه عام، فهي استجابة بدنية ملحوظة لمثير ما سواء كان داخلياً أو خارجياً، وأهم ما يميزها هو ذلك التنوع الواسع في أشكالها وأساليب أدائها.

والحركة أقدم أشكال الاتصال والمشاركة الوجدانية، فلقد استعملها الإنسان القديم في حماية نفسه وحماية جماعته، كما كانت أهم وسائل إثارة المرح والمتعة من خلال أنشطة وقت الفراغ والترويح لتساعده في التخلص من التوتر والغضب والقلق. فالتعبير عن المشاعر يجلب الإلهام لمؤدي الحركة فيحصل الفرد علي إمكانية إبداعية راقية.

كما أن الحركة من طرق التعلم قديماً وحديثاً، تساعد علي اكتساب النواحي المعرفية وتشكيل المفاهيم وحل المشكلات، فمن خلال الحركة تمكن الإنسان من تحقيق اكتشافات عديدة في بيئته الطبيعية والاجتماعية مما ساعده في نفس الوقت علي اقتصاد جهده وحركاته وتكيف أنماط حياته تبعاً لذلك (١٢ : ٤٥-٤٩).

جوانب الحركة وابعادها:

لقد قدم لابان *"Laban"* (١٩٧٩م) مفهوماً لأبعاد وجوانب الحركة يحتوي علي أربعة عناصر تعبر عن جوانبها:

أولاً: الوعي بالفراغ (أين يتحرك الجسم ؟).

ثانياً: الوعي بالجسم (ما الذي يستطيع الجسم عمله ؟).

ثالثاً: نوع الحركة (كيف يتحرك الجسم ؟).

رابعاً: العلاقات الحركية (مع من يتحرك الجسم أو مع ماذا يتحرك الجسم ؟) (٦ : ١٨)

مفهوم الكفاءة الحركية:

تستخدم مصطلحات عديدة وتعبيرات مختلفة للتعبير عن الكفاءة الحركية *"Motor Efficiency"* فاستخدام مصطلحات مثل اللياقة الحركية *"Motor Capability"*، والمهارة الحركية *"Motor Skill"*، القدرة الحركية *"Motor Ability"*، الكفاءة الإدراكية الحركية *"Percecptual Motor Efficiency"* جميعها تعبر عن " حركة إرادية " تتضمن توافق العضلات في تنفيذ نشاط هادف " (٨٢ : ١١٥).

ولقد كثر الحديث عن اللياقة البدنية وعلاقتها باللياقة الحركية وعلي الرغم من تضارب الآراء والجدل القائم والذي لم ينفض بعد حول تعريفات كل منها يعتقد " هارا، كلارك " *"Hara & Clarck"* أن التعبيرين أو الاصطلاحين " لياقة بدنية " و " لياقة حركية " إنما هما وثيقا الصلة بالتربية الرياضية والتربية الحركية باعتبار أنهما هدف رئيسي في برنامج التربية الرياضية، وإن كان هناك عدد لا يستهان به من المراجع العربية تري أن مكونات اللياقة البدنية هي: (القوة – الجلد العضلي – الجلد الدوري التنفسي) وأن مكونات اللياقة الحركية هي نفس المكونات السابقة بالإضافة إلي (القدرة العضلية – الرشاقة- الاتزان) وبهذا يمكن اعتبار أن مفهوم الكفاءة أو اللياقة الحركية أشمل وأعم من مفهوم اللياقة البدنية (١٠٢ : ٢٠٤) (١١٤).

ومن المعروف أن إدارة العمليات الحركية تتم في مراكز معينة في المخ، وكذلك تتم عمليات مثل القراءة والهجاء والكتابة والتي يسيطر عليها المخ في نفس هذه المنطقة من الجهاز العصبي، وعندما يمتلك الطفل كفاءة حركية فإن ذلك يعني أن نمو الجهاز العصبي جيد، الأمر الذي ينعكس علي الجوانب الأخري ويكون بمثابة مؤشر لها، وبذلك يكون الطفل مهيأ للعملية التربوية والأطفال ممن تنقصهم الكفاءة الحركية سوف يظهرون فشلاً وعدم قدرة لتحقيق الكفاءات في جوانب مثل القراءة والهجاء والكتابة.

وتشير إلي ذلك المؤسسة التربوية للتعليم في الفصل لتحسين الكفاءة الحركية *"Classroom Learning to Improve Motor Efficiency"* *(CLIME)* والتي أنشئت عام (١٩٩٩م) حيث أن من أهم أهداف هذه المؤسسة هي أن هناك تأثير متبادل بين الكفاءة الحركية أشارت بأن " المهارة الحركية هي عمل يتضمن إجمالي حركة العضلات بقصد تنفيذ أداء معين، وغالبية الحركات الهادفة تحتاج إلي القابلية للشعور أو الإحساس بماذا تفعله العضلة أثناء الأداء، وأن الصعوبات الحركية تظهر عندما يفقد الشخص القدرة علي الحركة بالطريقة التي كان يقصدها في البداية وقبل أداء الحركة (١١٢).

محددات الكفاءة الحركية:

تعتمد الكفاءة الحركية علي العديد من العوامل التي تساعد علي تحديد ونمو الكفاءات الحركية وهي: امتلاك الطفل لهذه العوامل أنه يمتلك الكفاءة الحركية، وهذه العوامل هي:

(١) **مفهوم الذات الجسمية:**

تعتبر معرفة الطفل لأجزاء جسمه من العوامل الهامة في كفاءته الحركية، ولذلك يكون لديه القابلية للتحرك وفقاً لمختلف التوجيهات التي تعطي له، كما أن ذلك يساعد علي تخيل الحركة عندما تعرض عليه بشكل مرئي من خلال فيلم أو صورة أو بكلمات توضيح أو شرح.

(٢) **التوافق العام:**

وهي قدرة الطفل علي التحرك بإيقاع جيد مع السيطرة علي عضلات جسمه من خلال أدائه المهارات الأساسية كالحجل والوثب والرمي والمقدرة علي تغيير نمطه الحركي من مهارة إلي أخري مستخدماً أحد أعضائه أو الجسم كله ما استطاعته المتابعة البصرية بين اليد أو القدم أو كلاهما.

(٣) **التمييـــز :**

مما لا يدعو مجالاً للشك أن خبرة الإحساس والتمييز غالباً ما تكتسب أثناء الأنشطة الحركية، فيمكن للطفل أثنائها أن يتحرك وفقاً لإيقاع معين وأن يعيد المقاطع السمعية بطريقة سليمة، وهذا ما يسمي بالتمييز السمعي، كذلك مروره بخبرات اللمس للأدوات تساعده علي تنمية التمييز الحسي. وأيضاً قدرته علي إدراك الأشكال والأحجام والملامح والتفاصيل من الأمور الهامة في برامج الأنشطة الحركية.

(٤) التوجيه المكاني:

وهو يعني القدرة علي التوجيه في الفراغ، وبالطبع يتطلب ذلك وعي بالفراغ، والقدرة علي التوجيه الفراغي نوعان:

توجيه فراغي داخلي ... يتضمن مفهوم أجزاء اليمين والشمال.

أما الخارجي .... فيتضمن بمعني منخفض – متوسط – عالي

(٥) عناصر اللياقة:

يدرج بعض المتخصصين عناصر معينة للياقة البدنية والحركية في برامج الإدراك الحركي وعادة ما تتضمن (القوة – المرونة – التحمل – الرشاقة – الاتزان بنوعيه سواء من الثبات أو الحركة) (١)، (٦)، (٧)، (١٥)، (٤٥)، (٨٤)

٤ـ الكفاءة النفسية والاجتماعية:

مفهوم الكفاءة النفسية والاجتماعية:

من المسلم به أن مفهوم التوافق *"Adjustment"* هو جوهر الصحة النفسية، ففي جميع تعريفات الصحة النفسية يأتي التوافق في مقدمة الجوانب التي يركز عليها وتعطي دوراً محورياً جوهرياً، فيعرف حامد زهران (١٩٩٤م) " الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً، شخصياً واجتماعياً "، أي مع نفسه ومع بيئته وبإمكاناته إلي أقصي حد ممكن، ويكون قادراً علي مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عادياً، وحيث يعيش في سلامة وسلام. (١٠ : ٥٧-٧٤).

ومن المتفق عليه أن مفهوم التوافق ظهر بعد الحرب العالمية الثانية مستمداً من علم البيولوجيا *"Biology"* استخدام بمعني الموائمة أو التكيف *"Adaptation"*، ثم انتقل هذا المفهوم إلي علم النفس ليستخدم في المجال النفسي والاجتماعي تحت مصطلح *"Adjustment"* بمعني توافق (٢:٩٦).

والتوافق *"Adjustment"* يختلف عن التكيف *"Adaptation"* الذي يعني التكيف مع البيئة المادية من حول الفرد أما التوافق فيكون مع النفس (نفسي) أو مع الأشخاص الآخرين المحيطين به (اجتماعي) وبذلك يعبر التوافق عن الكفاءة، فهو يشير إلي قدرة الفرد الجينية في التعامل مع العوامل الداخلية (النفسية) والخارجية (الاجتماعية) بدرجة كفاءة مقبولة (٣:٢١٥) (١٦: ٣٤-٣٦)

وبالتالي فإن التوافق والسلوك التوافقي هو مجموع العمليات النفسية والاجتماعية للطفل ويستدل عليه من سلوكيات الطفل في الأسرة والمجتمع مع أقرانه وفقاً لجنسه وسنه ومعايير مجتمعه، وكذلك قدرته علي الاعتماد علي نفسه، وتحمل مسئولياته بحسب ما هو متوقع، وذلك بواسطة مقاييس أعدت لهذا الغرض، ويتميز الشخص الغير متوافق بخوفه من معظم الحقائق ذات العلاقة به مما يؤدي إلي تبني أنماط سلوكية غير توافقية، فمنها مواجهة الخوف الذي يهدده (٨٢:٢١٤)

ويشير رمضان القذافي (١٩٩٨م) إلي أنه رغم تعدد تعريفات التوافق، فإنه من الممكن أن يميز بين ثلاثة أنماط نظرية تنطلق منها محاولات تحديد هذا المفهوم وهي:

١- **الاتجاه الاجتماعي:** وطبقاً لهذا الاتجاه يتحدد التوافق بالمفاهيم التي تري أن التوافق عملية اجتماعية تقوم علي مسايرة الفرد لمعايير المجتمع ولمواصفات الثقافة السائدة.

٢- **الاتجاه الفردي:** ويري أن التوافق يهتم أساساً بالجانب السيكولوجي في الفرد ويري أصحاب هذا الاتجاه أن التوافق يتحقق من خلال إشباع حاجات الفرد ودوافعه.

٣- **الاتجاه الفردي والاجتماعي:** وهذا الاتجاه يقوم أساساً علي التفاعل والتكامل بين الاتجاهين السابقين لأن الفرد والسياق البيئي بينهما علاقة تأثير متبادلة ولا يمكن تصور أن يكون هناك مفهوماً نفسياً بحتاً للتوافق وآخر اجتماعياً بحتاً للتوافق وإن كان من الممكن أن نجد مفهوماً يميل أكثر نحو الاتجاه النفسي وآخر يميل أكثر نحو الاتجاه الاجتماعي وآخر يوازن بين الاتجاهين (١٠ : ٦٨)

وقد تبنت الباحثة هذا الاتجاه الأخير في هذه الدراسة للتعبير عن الكفاءة النفسية والاجتماعية، حيث أن التوافق بهذا الاتجاه المزدوج الفردي والاجتماعي يعد محكاً جيداً في الحكم علي مدي كفاءته النفسية والاجتماعية.

محددات الكفاءة النفسية والاجتماعية:

مما سبق يتضح أن هناك العديد من السمات والصفات المميزة لكل من التوافق النفسي والاجتماعي الجيد، وهي:

١- التميز بالصحة الجسمية والخلو من الأمراض والتشوهات الخلقية والعيوب الجسمية.

٢- التميز بالقدرة العقلية العالية.

٣- القدرة علي تحمل المسئولية والاعتماد علي النفس.

٤- لديهم قدر كبير من الثبات الانفعالي.

٥- الشعورّ بالطمأنينة والأمن.

٦- ذو الثقة العالية .

٧- أكثر إدراكاً بحقوق الآخرين.

٨- العلاقات طيبة بالأسرة والبيئة.

٩- الشعور بالرضي عن حياتهم.

١٠- القدرة علي التوافق بين احتياجاتهم ومتطلبات بيئتهم.

١١- حساسية أكثر للمثيرات البيئية والتميز بالكفاءة والتمكن ومحاولة تحسين البيئة.

١٢- الاتسام بالتعاون والتسامح والإيثار.

١٣- مستوي عال من الطموح والأمل بالفوز.

١٤- الخلو من التوترات النفسية التي تقترن بمشاعر الذنب والقلق والنقص.

١٥- القدرة علي بذل الجهد للتوافق مع مطالب البيئة الاجتماعية.

١٦- القدرة علي الابتكار.

١٧- القدرة علي تعديل السلوك والعادات والدوافع وفقاً لخبراتهم السابقة.

١٨- إيجابية أكثر للتأثير علي الآخرين.

١٩- قدرة عالية علي التحصيل والإنجاز.

٢٠- القدرة علي تنفيذ المهام المطلوبة.

(٤)، (٩)، (١١)، (١٦)، (٢٢)، (٤٣)، (٨٢)، (١١٥)

ثانياً: الدراسات المرتبطة:

تم القيام بإجراء دراسة مسحية للدراسات المرتبطة بموضوع البحث في العديد من المصادر العلمية بغرض التعرف علي أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسات، وكذلك الإجراءات المنهجية التي استخدمتها للاستفادة منها في هذا البحث.

وفي حدود ما توصلت إليه الباحثة من دراسات وبحوث مرتبطة يتم عرضها وفقاً لتاريخ إجرائها من الأقدم إلي الأحدث علي النحول التالي:

١- الدراسات العربية:

- دراسة صلاح الدين محمود نظمي (١٩٨٦م) وعنوانها " أثر برنامج رياضي مقترح علي الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقلياً " وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر البرنامج التدريبي المقترح علي تنمية الأداء الحركي والنمو في المجموعات العضلية الكبيرة لدي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعليم والذين يتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة، وقد بلغ حجم العينة ٢٦ طفلاً معاقاً ذهنياً بنسبة ذكاء (٥٠ – ٧٠) درجة وعمر زمني من (١٠ – ١٤) سنة وعمر عقلي (٦,٥ – ٩,٥) سنة وتم تقسيم العينة إلي مجموعتين متساويتين إحداهما ضابطة والأخري تجريبية، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة ببطارية لاختبار العناصر الستة للتطور الحركي لكاراتي Cratty والبرنامج المقترح كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي وجود فروق دالة إحصائياً في أربعة عناصر من الاختبارات الستة وهي الرشاقة العامة ورشاقة الحركة ودقة تصويب الكرة ومتابعة كرة متحركة بندولياً وأيضاً في الدرجة الكلية لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في اثنين من عناصر الاختبارات الستة هي القدرة علي إدراك الجسم والتوازن في القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (٢٧).

- **دراسة نوال إبراهيم شلتوت (١٩٨٧م)** وعنوانها " أثر استخدام بعض الوسائل التعليمية لتحسين القدرات البدنية للتلاميذ المتخلفين عقلياً " وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر استخدام بعض الوسائل التعليمية علي تحسين القدرات البدنية للتلاميذ المعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة ٨٠ تلميذاً وتلميذة من معهد التربية الفكرية بالإسكندرية، تراوحت أعمارهم من (٨ – ١٢) سنة ونسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة، وتم استخدام المنهج التجريبي طبقاً لطبيعة البحث، وتم الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح واختبارات القدرات البدنية كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي تقدم المجموعة التدريبية الخاضعة لاستخدام الوسائل التعليمية واستخدام هذه الوسائل أدي إلي تحسين صفتهم البدنية وأن برامج التربية الرياضية المدرسية للأسوياء لا تناسب التلاميذ المعاقين ذهنياً (٧١).

- **دراسة نادية عبد القادر (١٩٨٨م) وعنوانها** " أثر برنامج جمباز موانع خاص علي تنمية الذكاء وبعض القدرات الحركية لدي المتخلفين عقلياً "، وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر ممارسة برنامج جمباز موانع خاص علي تنمية الذكاء وبعض القدرات الحركية لدي المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم (فئة المورون)، وقد بلغ حجم العينة(١٥٠)تلميذاً وتلميذة وتم استبعاد التلميذات لقلة عددهن وكان العمر الزمني من (٨ : ١٢) سنة من فئة المورون، وقد قسمت إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخري ضابطة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار القدرات الحركية واختبار قياس نسبة الذكاء كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن ممارسة برنامج جمباز الموانع له تأثير إيجابي علي القدرات الحركية لدي المعاقين ذهنياً وممارسة برنامج جمباز الموانع الخاص له تأثير إيجابي علي القدرات العقلية لدي المعاقين ذهنياً (٦٨).

- **دراسة كوثر السعيد محمد الموجي (١٩٨٩م)** وعنوانها " تأثير برنامج تربية حركية مقترح علي تنمية الأداء الحركي والتكيف العام للتلاميذ المتخلفين عقلياً " وتهدف هذه الدراسة التعرف علي أثر برنامج تربية حركية مقترح علي تنمية الأداء الحركي والتكيف العام للتلاميذ المعاقين ذهنياً "، وقد بلغ حجم العينة (٤٠) تلميذاً وتلميذة يتراوح عمرهم الزمني من (٩ : ١٢) سنة من معهد التنمية الفكرية بالدقي، تتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) وقد قسمت العينة إلي مجموعتين: مجموعة تجريبية والأخري ضابطة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار " ستانفورد – بينيه " المعزب – بطارية اختبار العناصر الستة للتطور الحركي (بطارية كاراتي)Cratty– برنامج التربية الحركية المقترح – اختبار السلوك التكيفي كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن ممارسة برنامج التربية الحركية له أثر إيجابي في تنمية كل من الأداء الحركي والتكيف العام، إذا اتضح ذلك من تفوق المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة، وذلك في كل من اختبار الأداء الحركي والتكيف العام (٤٩).

- **دراسة مكارم حلمي ابو هرجة (١٩٩٠م) وعنوانها** " أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية ومفهوم الذات للمتخلفين عقلياً "، وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية ومفهوم الذات للمعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة ٣٠ تلميذة تتراوح أعمارهم ما بين (٩ : ١٢) سنة وتتراوح نسبة الذكاء ما بين (٥٠ – ٧٠) درجة وهم قابلون للتعلم. وقد قسمت إلي مجموعتين، إحداهما تجريبية والأخري ضابطة واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بمقياس الإدراك الحركي المسحي لبوردو و مقياس مفهوم الذات كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني للمعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم

قيد البحث ساعد علي إدراك صورة الجسم، كما ساعد علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية، وأيضاً ساهم في مفهوم الذات لدي المعاقين ذهنياً، ولم يساعد البرنامج المستخدم في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية في معهد التربية الفكرية قيد البحث علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية (٦٢).

- **دراسة فاطمة عزت وهبة** (١٩٩٠م) وعنوانها " تنمية بعض مهارات السلوك التوافقي لدي الأطفال المعوقين ذهنياً " وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي تأثير البرنامج المقترح علي بعض مهارات السلوك التوافقي (الجزء الأول)، وقد بلغ حجم العينة عشرة أطفال من المعاقين ذهنياً، حيث يتم التدريب لكل طفل علي حدة لمدة عشرة أيام، واستخدم المنهج التجريبي لمناسبته لموضوع الدراسة، وتم الاستعانة بمقياس السلوك التوافقي لصفوت فرج وناهد رمزي (الجزء الأول)واستمارة تقييم المستوي الاجتماعي الاقتصادي لمحمود منسي، والبرنامج التدريبي لبعض المهارات الاستقلالية كالعناية بالنفس وتناول الطعام، كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي وجود فروق دالة إحصائية في كل من مقياس السلوك التوافقي والبرنامج التدريبي لصالح القياس البعدي (٤٤).

- **دراسة صلاح محسن عيسوي** (١٩٩٢م) وعنوانها " أثر تطبيق ببرنامج مقترح للحركات الأساسية لألعاب القوي للأطفال المتخلفين عقلياً علي بعض القدرات الإدراكية الحركية "، وتهدف هذه الدراسة إلي معرفة تأثير البرنامج علي بعض متغيرات القدرات الإدراكية الحركية وهي (القدرة، المهارة، الجلد، السرعة، الرشاقة)، وقد بلغ حجم العينة (٢٦) تلميذاً تم اختيارهم عمدياً من التلاميذ المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم ما بين(٥٠ –٧٥) درجة وتم تقسيمهم إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخري ضابطة، مع استبعاد التلاميذ المصابين بإعاقات جسيمة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار الجمعية الأمريكية للصحة والتربية

الرياضية والترويح كأداة لجمع البينات، وأشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج المقترح لا يؤثر في تنمية نسبة الذكاء ولكن يسهم في تنمية اللياقة البدنية المتمثلة في القدرة، المهارة، الجلد، السرعة، الرشاقة، وأن تطبيق البرنامج المطور للتربية الرياضية الموضوع من قبل إدارة التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي والمطبق بمعاهد التربية الفكرية لا يسهم في تنمية بعض القدرات الإدراكية الحركية الفردية، وعناصر اللياقة البدنية (٢٨).

- **دراسة محروسة علي، وفاء محمد (١٩٩٢م)** وعنوانها " دراسة تأثير برنامج مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية في سلاح الشيش علي القدرات الحركية للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم للمرحلة السنية من (٩ – ١٢) سنة " وتهدف هذه الدراسة إلي تحديد المهارات الأساسية في سلاح الشيش التي يمكن تعليمها المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، والتعرف علي أهم القدرات الحركية التي يجب تنميتها لعينة البحث من خلال المهارات الأساسية في سلاح الشيش، وقد بلغ حجم العينة (٦٠) تلميذاً وتلميذة تتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠-٧٠) درجة، وقد قسمت العينة إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخري ضابطة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح لتعلم بعض المهارات الأساسية في سلاح الشيش واختبار " نيلسون " للقدرات الحركية كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج التعليمي لرياضة المبارزة بسلاح الشيش كان له تأثيراً إيجابي في مستوي القدرات الحركية المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم (٥٤).

- **دراسة عزة عبد *الفتاح الشيمي* (١٩٩٥م)** وعنوانها " تأثير برنامج مقترح للألعاب الصغيرة علي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة السلة للمتخلفين عقلياً " وتهدف هذه الدراسة إلي لتعرف علي تأثير البرنامج المقترح للألعاب الصغيرة علي تعلم بعض المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة للمعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة (٣٤) تلميذة من تلميذات معهد التربية الفكرية

بالدقي والقابلين للتعلم من واقع بطاقات التلميذات المتواجدة بالمؤسسة، حيث تتراوح نسبة الذكاء بين (٥٠-٦٩) درجة ويتراوح العمر الزمني بين (١١-١٤) سنة وقسمت إلي مجموعتين ضابطة وتجريبية، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار الوثب العريض من الثبات (سم)، واختبار دفع كرة طبية واختبار التمرير علي الحائط لمدة (٣٠)ث واختبار التصويب من أسفل السلة لمدة (٣٠)ث، وبرنامج الألعاب الصغيرة المقترح كأدوات لجمع البينات، وأشارت أهم النتائج إلي أن برنامج الألعاب الصغيرة له تأثير إيجابي علي تعلم مهارة التمرير والتصويب في كرة السلة وأن له تأثير إيجابي علي بعض عناصر اللياقة البدنية كما أنه يناسب فئة المعاقين ذهنياً ويساعد علي تعلمهم المهارات الحركية (٣٦).

- **دراسة سهير إبراهيم عيد ميهوب (١٩٩٦م)** وعنوانها " تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدي عينة من الأطفال المتأخرين عقلياً "، تهدف هذه الدراسة إلي تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدي عينة من الأطفال المعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة (٨) أطفال معاقين ذهنياً، (٤) ذكور، (٤) إناث، يتراوح عمرهم الزمني ما بين (٩ : ١٢) سنة، واستخدم المنهج التجريبي علي مجموعة واحدة بطريقة التجربة القبلية والبعدية، وتم الاستعانة باستمارة بيانات اجتماعية من تصميم الباحثة ومقياس " ستانفورد بينيه " للذكاء الصورة ل ومقياس القاهرة للسلوك التكيفي وأسلوب التعلم الاجتماعي بالنموذج لجلوليان، بي/روتر لتدريب الأطفال علي المهارات الاجتماعية، الملاحظة العلمية كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أنه أمكن إكساب هؤلاء الأطفال المعاقين ذهنياً بعض المهارات الاجتماعية المتمثلة في اتباع القواعد والتعليمات ومساعدة الآخرين والنشاط التعاوني وأنشطة اللعب وتكوين صداقات (٢١).

- **دراسة ماجدة محمد حنفي** (١٩٩٦م) وعنوانها " التدخل المهني لطريقة العمل مع الجماعات وتعديل السلوك اللاتوافقي لدي جماعات الأطفال المتخلفين عقلياً "، وتهدف هذه الدراسة إلي التحقق من مدي فاعلية البرنامج المقترح للتدخل المهني لطريقة العمل مع الجماعات وتعديل السلوك اللاتوافقي لدي جماعات الأطفال للمعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة (٢٠) طفلة من للمعاقين ذهنياً تتراوح أعمارهن من (٩-١٢) سنة ونسبة ذكائهن من (٥٠-٧٥) درجة وقسمت العينة إلي مجموعتين واحدة تجريبية والثانية ضابطة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة ببرنامج التدخل المهني ويتضمن (الرحلات – الحفلات – الألعاب البسيطة والمسابقات – المناقشات الجماعية البسيطة (القصص والحكايات – الغناء – مشاهدة بعض أفلام الكرتون – الأفلام السينمائية) ومقياس السلوك التوافقي (الجزء الثاني) في أربع حالات سلوكية لاتوافقية كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج المعني بطريقة العمل مع الجماعات استناداً إلي فنيات التعديل السلوكي قد حقق فاعلية عالية في معدلات السلوك اللاتوافقي لدي الأطفال للمعاقين ذهنياً (٥٢).

- **دراسة محمد إبراهيم عبد الحميد** (١٩٩٦م) وعنوانها " إمكانية وضع برنامج الأنشطة الحركية والموسيقية والتعبيرية الفنية في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدي الأطفال المتخلفين عقلياً من الجنسين "، وتهدف هذه الدراسة إلي دراسة أثر برنامج الأنشطة الحركية والموسيقية والتعبيرية الفنية في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدي الأطفال للمعاقين ذهنياً من الجنسين، وقد بلغ حجم العينة (١٥) طفلاً أعمارهم الزمنية ما بين (٥-٧) سنوات وذكائهم من (٥٠-٧٠) درجة علي مقياس جود أنف هاريس للأطفال، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة ببرنامج لبعض الأنشطة الحركية والتعبيرية الفنية والموسيقية من إعداد الباحث وقياس السلوك التكيفي إعداد فاروق الصادق (١٩٨٥م) ومقياس جود أنف هاريس إعداد فاطمة حنفي

(١٩٨٣م) كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن تطبيق البرنامج يساعد علي تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدي الأطفال المعاقين ذهنياً من الجنسين من فئة الإعاقة الخفيفة (٥٥).

- **دراسة دلال علي حسن** (١٩٩٧م) وعنوانها " أثر الإيقاع علي تعلم بعض مهارات كرة السلة للمتخلفين عقلياً بمدارس التربية الفكرية بالإسكندرية "، وتهدف هذه الدراسة إلي دراسة أثر استخدام الإيقاع علي تعلم بعض مهارات كرة السلة للمعاقين ذهنياً بمدارس التربية الفكرية بالإسكندرية ونسبة مساهمة استخدام الإيقاع لرفع مستوي أداء بعض مهارات كرة السلة (التمريرة الصدرية – المحاورة – التصويب من الثبات)، وقد بلغ حجم العينة ٤٠ تلميذاً من القابلين للتعلم والتدريب قسمت العينة إلي مجموعتين تجريبية وضابطة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبارات القدرات البدنية (ماثيوس ١٩٨٧، كلارك ١٩٦٤) واختبارات مستوي الأداء في كرة السلة كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية وأفراد المجموعة الضابطة في المهارات الأساسية قيد الدراسة لصالح المجموعة التجريبية التي استخدمت الإيقاع (١٤).

- **دراسة هشام السيد محمد عمر** (١٩٩٨م) وعنوانها " تطوير الحركات الأساسية المرتبطة بالجمباز باستخدام المصاحبة الإيقاعية وأثره علـي التـذكر الحركـي للمتخلفين عقلياً "، وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر استخدام المصـاحبة الإيقاعية في البرنامج المقترح علي مستوي أداء الحركات الأساسـية المرتبطـة بالجمباز والإحساس بالإيقاع والتذكر الحركي للأطفال للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، وقد بلغ حجم العينة (٧٤) تلميذاً وتتراوح نسبة ذكائهم مـن (٥٠-٧٠) درجـة وعمرهم العقلي يتراوح من (٤-٦) سنوات وقسمت إلي ثـلاث مجموعـات، مجموعتين تجريبيتين والثالثة ضـابطة قـوام كـل مجموعـة (٢٠) تلميـذاً والضابطة (١٩) تلميذاً، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاسـتعانة ببرنـامج تطوير الحركات الأساسية للجمباز واختبار التذكر الحركـي كـأدوات لجمـع

البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن استخدام المصاحبة الإيقاعية أثر بصورة فعالة في تطوير الحركات الأساسية المرتبطة بالجمباز ووجود فروق في القياس القبلي والبعدي لصالح البعدي في جميع المتغيرات لأفراد المجموعة التجريبية الثانية والتي طبق عليها البرنامج بدون استخدام المصاحبة الإيقاعية وتطوير الحركات الأساسية المرتبطة بالجمباز باستخدام المصاحبة الإيقاعية أثر بصورة فعالة في متغير التذكر الحركي المباشر وغير المباشر (٧٥).

- **دراسة مرفت محمود صادق** (١٩٩٩م) وعنوانها " برنامج مقترح لتعلم السباحة للأطفال المعوقين عقلياً في متلازمة دوان Doun Syndrom "، وتهدف هذه الدراسة إلي معرفة أثر البرنامج المقترح علي تعلم السباحة للأطفال المعاقين ذهنياً في متلازمة دوان، وقد بلغ حجم العينة ثلاثة أطفال المعاقين ذهنياً (متلازمة دوان) من الذكور بمتوسط عمر (٨) سنوات القابلين للتعلم، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج التدريبي المقترح كأداة لجمع البينات واستمر البرنامج لمدة شهر تقريباً، حيث تكون من (١٢) وحدة تعليمية زمن كل وحدة ٣٠ دقيقة ثلاث مرات أسبوعياً، وأشارت أهم النتائج إلي أن الأطفال قد حققوا مستوي جيد في التقدم أجاب علي تساؤلات الباحثة (٦٦).

- **دراسة آمال سيد مرسي، مها العطار محمد** (٢٠٠٠م) وعنوانها " الألعاب الشعبية وتأثيرها علي اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً "، وتهدف هذه الدراسة إلي معرفة تأثير الألعاب الشعبية وتأثيرها علي اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً، وقد بلغ حجم العينة (٣٠) تلميذ من مدرة التربية الفكرية تتراوح نسبة ذكائهم من (٥٥-٧٠) درجة وأعمارهم من (١٢-١٤) سنة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة ببرنامج الألعاب الشعبية واختبار اللياقة البدنية والقدرات الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح AAHPER (١٩٧٦م) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لإبراهيم قشقوش كأدوات لجمع البينات، وأشارت أهم النتائج إلي أن الألعاب

الشعبية تسهم في رفع اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة للأطفال المعاقين ذهنياً بنسبة تفوق البرنامج المقرر من الوزارة (٥).

- **دراسة يسر محمد عبد *الغني*** (٢٠٠١م) وعنوانها " تأثير برنامج علاجي حركي علي بعض القدرات الحركية والانحرافات القوامية للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم "، وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي تأثير البرنامج الحركي علي تطوير بعض القدرات الحركية (التوافق العضلي العصبي – التوازن الحركي – الدقة) للتلاميذ المعاقين ذهنياً قيد البحث وتعديل الحالة القوامية لتشوه (سقوط الرأس أماماً – استدارة الكتفين) للتلاميذ المعاقين ذهنياً قيد البحث، وقد بلغ حجم العينة (٢٤) تلميذاً من المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم عمرهم الزمني من (١٢ – ١٨) سنة، ونسبة ذكائهم من (٥٥–٧٠) درجة مقسمين إلي مجموعتين إحداهما تجريبية وقوامها (١٢) تلميذاً والأخري ضابطة وقوامها (١٢) تلميذ، واستخدم المنهج التجريبي مطبقاً تصميم القياس القبلي والبعدي باستخدام مجموعتين إحداهما تجريبية والأخري ضابطة، وتم الاستعانة باختبار التوافق العضلي العصبي (فليشمان وكلارك) واختبار توافق القدم والعين (الدوائر الرقمية) واختبار التوازن الحركي بالمشي علي ثلاث عارضات واختبار وودروف Wodruff لقياس الانحناءات كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي أن البرنامج العلاجي الحركي إلي تحسين القدرات الحركية والحالة القوامية قيد البحث لدي المجموعة التجريبية (٧٦).

- **دراسة نجدة لطفي احمد حسن** (٢٠٠٢م) وعنوانها " فاعلية برنامج للتمرينات علي بعض القدرات الحس حركية والسلوك التوافقي للأطفال المعاقين ذهنياً وأقرانهم بمدارس الأسوياء" وتهدف هذه الدراسة إلي التعرف علي فاعلية البرنامج المقترح علي بعض القدرات الحس حركية والسلوك التوافقي للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، وقد بلغ حجم العينة (٤٠) تلميذاً من فئة القابلين للتعلم، ويتراوح عمرهم الزمني ما بين (٨–١٢) سنة

وعمرهم العقلي من (٤ : ٦) سنوات وقد قسمت علي مجموعتين تجــريبيتين بالتساوي من مدارس التربية الفكرية ومدارس الأسوياء، واســتخدم المــنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار ستانفورد بينيه لقيــاس الــذكاء ومقيـــاس المستوي الاجتماعي الاقتصادي لعبد العزيز الشــخص ومقيــاس دايتــون للإدراك الحس-حركي لسنة (٤-٥) سنوات ومقيــاس الســلوك التــوافقي لجمعية التخلف العقلي الأمريكية، إعداد وترجمة صفوت فرج وناهد رمزي كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي وجــود فــروق ذات دلالــة إحصائية في القدرات الحس-حركية المختارة، وكذلك فــي الســلوك التــوافقي لصالح القياس البعدي للعينة ووجود فروق ذات دلالة إحصائية فــي متغيــرات البحث لصالح المجموعة المدمجة مع الأسوياء (٦٩).

٢ـ الدراسات الأجنبية:

- **دراسة دين فونك** ***Dean, C. Funk*** (١٩٧١م) وعنوانها "تأثير برنامج للتربية الرياضية علي اللياقة البدنية والتطور الحركي للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب "، وهدفت هذه الدراسة إلي التعرف علي تأثير البرنامج علي اللياقة البدنية والتطور الحركي للأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب، وقد بلغ حجم العينة (٣٦) فرداً من المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب تراوحت أعمارهم من (٨-١٨) سنة ونسبة ذكائهم من (٢٥-٥٠) درجة وقد أخذت العينة من إحدي مدارس ذوي الاحتياجات الخاصة وفصول مقسمة سابقاً نسبة إلي العمر العقلي والعمر الزمني والحالة الاجتماعية وتم تقسيم العينة إلي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخري ضابطة وتم استبعاد أي من الأطفال ذو العاهات البدنية، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج التدريبي لمدة ٣٠ دقيقة يومياً خلال (٥٨)يوما دراسيا وقد اشتمل علي ألعاب وتدريبات أنشطة (اتزان – جري – قفز – زحف – رمي – لقف – رشاقة) واستخدم

الباحث لجمع البيانات لختبار كيرشنر ودوريفيس والمقتبس من فنلندا والخاص بمقياس اللياقة البدنية والحركية كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي حدوث تقدم ملحوظ في بعض المهارات البدنية للمجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة (٨٥).

- **دراسة فيوتن *Futten*** (١٩٨١م) وعنوانها " أثر برنامج متكامل للإدراك الحركي علي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب " وهدفت هذه الدراسة إلي التعرف علي أثر البرنامج المقترح للإدراك الحركي علي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتدريب ، وبلغ حجم العينة (٤٦) طفلاً معاق ذهنياً بنسبة ذكاء (٢٥ – ٥٠) درجة وعمر زمني (٦ – ١٢) سنة، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار التوازن الحركي والتوافق بين العين واليد واختيار إدراك الصور والأشكال والقدرة علي إدراك الجسم واختبار تقبل الذات الحركي والتفاعل الاجتماعي كأدوات لجمع البيانات، وأسفرت نتائج البحث إلي تقدم جوهري للمجموعة التجريبية في متغيرات الدراسة (٨٨).

- **دراسة جانسم وكومبس *Jansme & Combs*** (١٩٨٧م) وعنوانها " تأثير برنامج تدريبي علي اللياقة البدنية مع استخدام أساليب التعزيز والتدعيم الموجب علي تعديل أنماط السلوك اللاتوافقي لدي عينة من المضطربين انفعالياً من فئة الأطفال المعاقين ذهنياً "، وهدفت هذه الدراسة إلي التأكد من تأثير التدريبات والممارسات والخبرات والمهارات الرياضية وأساليب الدعم علي تعديل أنماط السلوك اللاتوافقي، وبلغ حجم العينة عينة من الأطفال المعاقين ذهنياً المضطربين انفعالياً، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج التدريبي ومقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية الجزء الثاني (السلوك اللاتوافقي) كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي وجود انخفاضاً في السلوك اللاتوافقي وأن التدريب علي أشكال وتدريبات اللياقة البدنية مستمرة بالإضافة إلي أساليب التعزيز الموجب كان

له الأثر في التخلص من بعض المشكلات والاضطرابات السلوكية التي يعاني منها الطفل المعاق ذهنياً (٩٥).

- **دراسة ليونورد ابيدتو *Leonard Obbeduto*** (١٩٩١م) وعنوانها " التعرف علي مغزي الرسالة الشفوية لدي كل من الأطفال العاديين والمعاقين عقلياً "، وهدفت هذه الدراسة إلي تحليل الرسالة الشفوية لدي كل من الأطفال العاديين والمعاقين ذهنياً لتبسيط اللغة المسموعة لديهم، وقد بلغ حجم العينة (٢٠) طفلاً قسمت بالتساوي إلي مجموعتين إحداهما تضم الأطفال المعاقين ذهنياً، والأخري الأطفال الأسوياء وتم التجانس بين المجموعتين في السن والمستوي الاجتماعي والثقافي والاقتصادي للأسرة، وتتراوح نسب الذكاء ما بين (٩٠-١١٠) درجة للأطفال الأسوياء، (٥٠ – ٧٠) درجة للأطفال المعاقين بمقياس بينيه ووكسلر للذكاء واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة ببرنامج تضمن تعرضهم لمواقف لعب يومياً بالإضافة إلي القيام ببعض المهام واختبارات القدرات اللغوية لمعرفة الأخطاء اللغوية الشائعة بين الأطفال والصعوبات التي تواجههم في نطق الأصوات والحروف المختلفة كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعتين لصالح الأطفال الأسوياء وذلك في القدرة علي التفاعل والتفاهم في الحياة اليومية والقدرة علي فهم مغزي الرسالة وإدراك مدلولها اللفظي (٧٧).

- **دراسة كاستانجو *Castango*** (١٩٩٢م) وعنوانها " أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية علي تطور السلوك لدي أطفال المدارس المتوسطة المعاقين عقلياً والقابلين للتعلم "، وهدفت هذه الدراسة إلي تقصي أثر برنامج أسبوعي للتربية الرياضية علي تطور السلوك لدي أطفال المدارس المتوسطة والذي صنفوا علي أنهم معاقون ذهنياً ولديهم القابلية للتعلم، وقد بلغ حجم العينة (٢٥) طالباً من (١٨) طالباً معاقاً و(١٧) طالباً من الأسوياء، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج التجريبي ومقياس السلوك الإيجابي كأدوات لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي

تحسن السلوك الإيجابي للمجموعتين المعاقين والأسـويـاء الـذي خضـعوا للبرنامج الرياضي (٨١).

- دراسة كاترين جويسي ريجن *Katherine, J. R.* (١٩٩٣م) وعنوانها " تأثير برنامج رياضي علي المشاركين في الأوليمبياد الخاص من المعاقين عقلياً "، وهدفت هذه الدراسة إلي المقارنة بين تأثير برنامج تقليدي للتدريب علي بعض الألعاب الرياضية الخاصة بالمهرجانات الرياضية، وبرنامج آخر متطور وحديث، وذلك لقياس مدي الإدراك الذاتي لهؤلاء الأطفال، وذلك من حيث قدراتهم الجسمية والمهارات الاجتماعية والقيمة الذاتية العامة، وقد بلغ حجم العينة (٢٠) طفلا تم تقسيمهم إلي ثلاث مجموعات – مجموعتين تجريبيتين والثالثة ضابطة، حيث تعرضت إحداهما لبرنامج تقليدي للتدريب علي الألعاب الرياضية بينما تعرضت الثانية لبرنامج متطور وحديث، واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج المتطور الحديث للتدريب علي بعض الألعاب الرياضية والبرنامج التقليدي للتدريب علي بعض الألعاب الرياضية ومقياس السلوك التوافقي كأدوات لجمع البيانات واستمر البرنامج لمدة (١٢) أسبوعيا، وأشارت أهم النتائج إلي وجود زيادة ملحوظة ودالة في مجال الألعاب الرياضية التي احتواها البرنامج المقترح لدي المجموعة التجريبية عن المجموعة الضابطة، مما يشير إلي الأثر الإيجابي والفعال لتأثير البرنامج والتدريبات الرياضية سواء بطريقة تقليدية أو متطورة علي مستوي أداء الأطفال المعاقين ذهنياً وخاصة في جوانب السلوك التوافقي (٩٩).

- دراسة كلاً من انجلوس ك. تشانياس ومايكل ل. هوفر *Angelos K. Chanias, and Michael L. Hover* (١٩٩٨م) وعنوانها " تأثير التمرينات علي عناصر اللياقة البدنية المرتبطة بالصحة لدي الأفراد من ذوي الإعاقة الذهنية " وهدفت هذه الدراسة إلي دراسة تأثير برنامج التمرينات علي

عناصر اللياقة البدنية الصحية مثل لياقة الجهاز الدوري التنفسي والقوة والمرونة والتركيب الجسماني، بلغ حجم العينة (٢١) فرداً من ذوي الإعاقة الذهنية واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج المقترح كأداة لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي تأثير البرنامج المقترح بدرجة كبيرة علي لياقة الجهاز الدوري التنفسي والقوة العضلية وإلي تأثير أقل علي المرونة وأوضح أن لم يحدث تغيرات تذكر علي التركيب الجسماني (١١٠).

- **دراسة كلاً من جيفري أ. ماكيوبن وكريستوفر س. دراهيم** ***Jeffrey A McCubbin and Chrisyopher C. Draheim*** (٢٠٠١م) وعنوانها " تأثير مشاركة الكبار من ذوي الإعاقة الذهنية في برنامج للرقص الهوائي باستخدام الفيديو "، وهدفت هذه الدراسة إلي مقارنة طريقتين للأداء، الأولي باستخدام الفيديو فقط، والثانية باستخدم الفيديو مع وجود توجيه قيادي، وبلغ حجم العينة (١٧) معاقا ذهنياً بمتوسط عمري (٤٢) سنة واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة بالبرنامج المقترح، وأشارت أهم النتائج إلي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطريقتين، كما أشارت إلي تحسن اللياقة الهوائية لدي المجموعتين التجريبيتين (١١١).

- **دراسة كلاً من ديفيد كلاف وساندرا فانين** ***David Cluphf and Sandra Vanin*** (٢٠٠١م) وعنوانها " تأثير الرقص الهوائي علي التحمل الدوري التنفسي للكبار من ذوي القصور العقلي "، وهدفت هذه الدراسة إلي دراسة تأثير برنامج الرقص الهوائي المقترح علي التحمل الدوري التنفسي لدي عينة البحث، وبلغ حجم العينة بالنسبة للمجموعة التجريبية ثمانية ذكور وسبع إناث بمتوسط عمر (٣٩) سنة أما المجموعة الضابطة فقد كانت وسبعة ذكور وخمسة إناث بمتوسط عمري (٣٧) سنة واستخدم المنهج التجريبي، وتم الاستعانة باختبار المشي لروكبورت "Rockport" كأداة لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي تحسن المجموعة التجريبية بعد

مضي (١٢) أسبوعا علي البرنامج، لكن بعد مرور ستة أسابيع علي انتهاء البرنامج لم يظهر أي فروق ذو دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة (١١٣).

- **دراسة كلاً من كينيث هـ. بيتيتي ودانيال ا. يارمر** ***Kenneth H. Pitetti and Daniel A. Yarmer*** (٢٠٠١م) وعنوانها " لياقة الجهاز الدوري التنفسي وتركيب الجسم لدي الشباب المعاقين ذهنياً والأسوياء "، وهدفت هذه الدراسة إلي مقارنة اللياقة الهوائية وتركيب الجسم بين الأطفال والمراهقين من ذوي الإعاقة الذهنية والأسوياء، وبلغ حجم العينة (١٦٩) ذكور و(٩٩) إناث من الفتيان معاقين ذهنياً و(٢٨٩)شابا و(٣١٧) فتاه من الأسوياء بمتوسط عمري من (٨-١٨) سنة، وتم تقسيمهم إلي مجموعات حسب السن والجنس، واستخدم المنهج التجريبي وتم الاستعانة باختبار (٢٠) متر جري مكوكي (اختبار اللياقة الهوائية) كأداة لجمع البيانات، وأشارت أهم النتائج إلي أن اللياقة الهوائية والقدرة الرياضية العامة أفضل عند الأسوياء وزيادة كتلة الجسم لدي المعاقين ذهنياً (١٠٩).

- **دراسة كلاً من كيلي لويس وديفيد بروس** ***Kellie Lewis and David Bruce*** (٢٠٠٢م) وعنوانها " دراسة تقويمية لبرنامج تدريبي للمهارات النفسية للاعبين من ذوي الإعاقة الذهنية، وهدفت هذه الدراسة إلي معرفة تأثير المهارات النفسية علي تحسن أداء لاعبي كرة السلة في بطولة استراليا المحلية من ذوي الإعاقة الذهنية، كما ركزت الدراسة علي تنظيم الضغط العصبي مع إعطاء الاهتمام للكلمات التلميحية وتكنيكات التنفس والتفكير الإيجابي وبلغ حجم العينة سبع ذكور وسبع إناث بمتوسط عمري من (١٥ – ٢٧) سنة وعمر لغوي من (٧ – ١٣,٥) سنة و اثنتان من المدرسات واثنين الأخصائيين نفسيين وتم الاستعانة بالمقابله والملاحظه كأدوات لجمع البيانات وأشارت أهم النتائج إلي أن تدريب المهارات النفسية كان ذو نفع وتأثير إيجابي (١١٤).

التعليق علي الدراسات المرتبطة:

يتضح من العرض السابق للدراسات المرتبطة أنه قد تم عرضها علي جزئين، إحداهما مرتبط بالدراسات العربية والآخر بالدراسات الأجنبية، وأنه قد تم عرض هذه الدراسات وفقاً لتاريخ إجرائها من الأقدم إلي الأحدث بكل جزء، ويمكن إبراز أهم ما تم استخلاصه من هذه الدراسات في النقاط التالية:

أولاً: من حيث تاريخ الإجراء: انحصرت الدراسات السابقة المرتبطة في مجال البرامج الرياضية والحركية والسلوكية التوافقية للمعاقين ذهنياً من سنة (١٩٨٦م) حتى سنة (٢٠٠٢م).

ثانياً: من حيث الهدف: اتفقت معظم الدراسات السابقة علي استخدام البرامج الرياضية والحركية المقترحة لتنمية وتحسين بعض القدرات البدنية والحركية للأطفال المعاقين ذهنياً مثل دراسة دين فونك Dean, C. Funk (١٩٧١م) (٨٥)، وفيوتن Futten (١٩٨١م) (٨٨)، وصلاح الدين نظمي (١٩٨٦م) (٢٧)، ونوال شلتوت (١٩٨٧م) (٧١)، ونادية عبد القادر (١٩٨٨م) (٦٨)، وصلاح محسن (١٩٩٢م) (٢٨)، ومحروسة علي ووفاء محمد (١٩٩٢م)(٥٤)، وعزة الشيمي (١٩٩٥م)(٣٦)، ودلال علي (١٩٩٧م) (١٤)، أنجلوس ك. تشانياس ومايكل ل. هوفر Angelos K. Chanias, (١٩٩٨م) (١١٠)، وهشام عمر (١٩٩٨م)(٧٥)، وميرفت صادق (١٩٩٩م)(٦٦)، وديفيد كلاف وساندرا فانين David Cluphf and Sandra (٢٠٠١م) (١١٣)، ويسر عبد الغني (٢٠٠١م)(٧٦)، وتتفق الدراسة الحالية مع هذه الدراسات في أنها تستخدم برنامج تربية حركة لتنمية وتحسين كفاءة بعض القدرات البدنية والحركية ومعرفة تأثيره عليه، لكن هذه الدراسات أغفلت الجوانب النفسية والاجتماعية للأطفال المعاقين ذهنياً والتي تتجمع لتكون سلوكاً إيجابياً (توافقياً) أو سلوكاً غير إيجابياً (لا توافقي).

- أما دراسة فيوتن Futten (١٩٨١م)(٨٨)، مكارم أبو هرجة (١٩٩٠م)(٦٢)، وآمال موسي ومها العطار (٢٠٠٠م)(٥)، وكيلي لويس

وديفيد بــروس Kellie Lewis and David Bruce (٢٠٠٢م)(١١٤) اتفقت في الجانب الحركي مع هذه الدراسات وأضافت بعض الجوانــب النفسية أو الاجتماعية لكنها أغفلت باقي الجوانب النفسية والاجتماعية.

- واتفقت دراسات كل من فاطمة عزت وهبة (١٩٩١م)(٤٤)، وليونورد أبيدتو Leonard Abbeduto (١٩٩١م)(٧٧)، وكاســـــتانجو Castango (١٩٩٢م)(٨١)، وســـهير ميهــوب (١٩٩٦م)(٢١)، وماجـــدة حنفـــي (١٩٩٦م)(٥٢) علي استخدام البرامج الرياضية أو السلوكية لتحسين الجوانب النفسية والاجتماعية (التوافقية) للأطفال المعاقين ذهنياً، لكن هــذه الدراســات أغفلت جانباً هاماً وهو الجانب البدني والحركي للطفل المعاق ذهنياً.

من هنا نجد أن دراسات قليلة جداً هي التي تعاملــت مــع الطفــل المعاق ذهنياً ككل متكامل، مثل كوثر المــوجي (١٩٨٩م)(٤٩)، وكــاترين جويسي Katherine, J. R. (١٩٩٣م)(٩٩)، ونجدة لطفي (٢٠٠٢م)(٦٩)، وجانسم وكومبس Jansme & Combs (١٩٨٧م) (٩٥) وهي الدراســات التي اتفقت مع الدراسة الحالية في التعامل مع الطفل المعاق ذهنياً من جميع جوانبه الحركية والنفسية والاجتماعية.

ثالثا: من حيث المنهج المستخدم:

اتفقت الدراسات السابقة في استخدام المــنهج التجريبــي، واتبعــت جميعها القياس القبلي والقياس البعدي وإن اختلفت عدد المجموعات التجريبية، حيث تراوحت بين مجموعة واحدة ومجموعتين وثلاث مجموعات، وتتفــق الدراسة الحالية مع هذه الدراسات، فــتم اســتخدام التصــميم التجريبــي ذو المجموعة التجريبية الواحدة باستخدام القياس القبلي والبعدي، مثل دراسة نوال شلتوت (١٩٨٧م)(٧١)، فاطمــة وهبــة (١٩٩٠م)(٤٤)، ســهير ميهــوب (١٩٩٦م)(٢١)، محمـــد إبــــراهيم (١٩٩٦م)(٥٥)، ميرفـــت صـــادق (١٩٩٩م)(٦٦)، وكيلي لويس وديفيد بروس Kellie Lewis and David Bruce (٢٠٠٢م)(١١٤) حيث يتميز هذا التصميم بضمان عدم تــداخل أي

عوامل خارجية تؤثر علي التجربة غير المتغير التجريبي لأن القياس القبلي والقياس البعدي يتم علي نفس المجموعة ذاتها.

رابعاً: من حيث العينـــة:

اتفقت معظم الدراسات السابقة في العينة، حيث أنها طبقت علي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم والتي تتراوح أعمارهم الزمنية من (٨-١٢) سنة، وتختلف الدراسة الحالية من حيث العمر الزمني، حيث أنها طبقت علي الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم والتي تتراوح أعمارهم من (٩-١٣) سنة لكن تتفق مع هذه الدراسات في نسبة الذكاء وهي (٥٠-٧٠) درجة وأنه تم اختيارهم بالطريقة العمدية ممن ليس لديهم أي إعاقات أخري.

اختلفت الدراسة الحالية أيضاً من حيث العمر الزمني للعينة مع كل من دراسة صلاح نظمي (١٩٨٦م) (٢٧)، التي طبقت علي عينة عمرها الزمني (١٠-١٤) سنة، محمد إبراهيم (١٩٩٦م)(٥٥)، وطبقت علي عينة عمرها الزمني (٥-٧) سنوات، ودراسة يسر عبد الغني (٢٠٠١م)(٧٦) فطبقت علي عينة عمرها الزمني من (١٢-١٨) سنة، ودراسة جيفري أ. ماكيوبن وكريستوفر س. دراهيم Jeffrey A McCubbin and Chrisyopher C. Draheim (٢٠٠١م)(١١١) فطبقت علي عينة بمتوسط عمري (٤٢) سنة، ودراسة ديفيد كلاف وساندرا فانين David Cluphf and Sandra Vanin (٢٠٠١م)(١١٣) فطبقت علي عينة بمتوسط عمري (٣٨) سنة، ودراسة كينيث هـ. بيتيتي ودانيال أ. يارمر Kenneth H. Pitetti and Daniel A. Yarmer (٢٠٠١م)(١٠٩) فطبقت علي عينة بمتوسط عمري من (٨ : ١٨) سنة، أما من حيث نسبة الذكاء فاختلفت مع دراسة دين فونك Dean Funk (١٩٧١م) (٨٥)، حيث تراوحت نسبة الذكاء ما بين (٢٥-٥٠) درجة من القابلين للتدريب.

وقد تراوح أعداد العينات في معظم الدراسات السابقة ما بين (٣ - ٤٠) طفلاً معاقاً ذهنياً، وقد اتفقت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات واختلفت مع بعضها، وذلك تبعاً لظروف مجتمع كل دراسة والهدف منها.

خامسا: من حيث أدوات جمع البيانات:

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في استخدام الاختبارات كمقياس موضوعي يتناسب مع طبيعة هذه الدراسات متمثلة ببطارية اختبار لقياس المتغير الخاص بالقدرات البدنية والحركية، علي سبيل المثال، بطارية اختبار العناصر الستة للتطور الحركي لكاراتي الذي استخدمه كل من صلاح نظمي (١٩٨٦م) (٢٧)، وكوثر الموجي (١٩٨٩م)(٤٩)، ومقياس الإدراك الحركي المسحي لبوردو الذي استخدمته مكارم أبو هرجة (١٩٩٠م)(٦٢) واختبار نيلسون للقدرات الحركية الذي استخدمه كل من محروسة علي، ووفاء محمد (١٩٩٢م) (٥٤)، واختبار التذكر الحركي الذي استخدمه هشام السيد (١٩٩٨م)(٧٥)، ومقياس دايسون للإدراك الحسي – حركي الذي استخدمته نجدة لطفي (٢٠٠٢م)(٦٩)، واتفقت الدراسة الحالية مع دراسات كل من صلاح عيسوي (١٩٩٢م)(٢٨) وآمال مرسي ومها العطار (٢٠٠٠م)(٥) علي استخدام اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح. واتفقت الدراسة الحالية في استخدام مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية لقياس الجوانب النفسية والاجتماعية مع دراسة كل من جانسم وكومبس Jansme & Combs (١٩٨٧م)(٩٥)، وكوثر الموجي (١٩٨٩م)(٤٩) وفاطمة وهبة، (١٩٩٠م)(٤٤) وكاستانجو Castengo (١٩٩٢م)(٨١)، وكاترين جويسي Katherine, J. R. (١٩٩٣م)(٩٩)، وماجدة محمد (١٩٩٦م)(٥٢)، ومحمد إبراهيم (١٩٩٦م)(٥٥)، لكن هذه الدراسات لم تستخدم هذا المقياس كاملاً بجزئية

عدا دراسة نجدة لطفي (٢٠٠٢م) (٦٩) التي قامت باستخدام ها المقياس بجزئيه الأول والثاني وهذا ما يتفق مع ما قامت به الباحثة في هذه الدراسة.

سادسا: من حيث اهم النتائج:

أظهرت معظم الدراسات السابقة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح المجموعات التجريبية التي طبق عليها البرامج الحركية والسلوكية أو كليهما.

سابعا: من حيث الاستفادة من الدراسات المرتبطة:

تري الباحثة أن هذه الدراسات في مجملها قد ساهمت في إلقاء الضوء علي تحديد الأسس الهامة لهذه الدراسة مثل:

- تحديد موضوع الدراسة الحالية والهدف منها.
- تحديد المنهج المناسب لموضوع الدراسة الحالية.
- تحديد العينة وطريقة اختيارها وحجمها.
- تحديد محتوي برنامج التربية الحركية المقترح لزيادة كفاءة الأطفال المعاقين ذهنياً.
- تحديد مدة البرنامج وعدد الوحدات التدريبية وزمن كل وحدة.
- تحديات الأدوات المناسبة لجميع البيانات .
- تحديد أنسب المعالجات الإحصائية بما يتناسب مع طبيعة فروض وأهداف الدراسة الحالية.

الفصل الثالث

خطة وإجراءات البحث

أولاً: خطة البحث

- منهـــج البحـــــث.
- مجتمـــع البحـــث.
- عينـــة البحـــث.
- أدوات جمع البيانات.
- البرنـــامج المقتـــرح.

ثانياً: إجراءات البحث:

- الدراســة الاستطلاعيــة.
- القياســـات القبليـــة.
- تطبيق البرنامج المقترح.
- القياســـات البعديـــة.
- المعالجات الإحصائيــة.

خطة وإجراءات البحث

أولاً: خطة البحث:

منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي بالاستعانة بأحد تصميماته التجريبية وهي المجموعة الواحدة ذات القياسين (القبلي – البعدي).

مجتمع البحث:

يتمثل في تلاميذ مدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة، والتي تتبع وزارة الشئون الاجتماعية للعام الدراسي (٢٠٠١/٢٠٠٢) من فئة القابلين للتعلم والبالغ عددهم (٨٦) طفلاً تقريباً، منهم (٣٢) طفلاً تقريباً يقيمون إقامة دائمة بالقسم الداخلي ويمثلون (٣٧%) من العدد الكلي بالمدرسة.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من أطفال مدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة وقوامها (٢٣) طفلاً. تتراوح نسبة الذكاء لديهم ما بين (٥٠-٧٠) درجة، وأعمارهم العقلية ما بين (٥ – ٧) أعوام ويقيمون بالقسم الداخلي إقامة دائمة، ويمثلون (٣٧%) طفلاً تقريباً من العدد الكلي بالمدرسة.

أسباب اختيار عينة البحث من القسم الداخلي :

* عدم تعرضهم لمؤثرات خارجية قد تؤثر عليهم.
* لم يطبق عليهم من قبل أي برنامج رياضي مقنن.
* عدم تعارض البرنامج مع الخطة الدراسية.
* ضمان انتظام جميع أفراد العينة عند تطبيق البرنامج.
* عدم تعارض توقيت تطبيق البرنامج مع عمل الباحثة.
* إمكانية السيطرة علي عينة البحث.
* قرب موقع المدرسة من محل إقامة الباحثة.
* وجود متخصصين يمكن الاعتماد عليهم كمساعدين.

ولتحقيق ذلك كان لابد من الحصول علي:

* موافقة مديرة المدرسة.
* موافقة ولي الأمر علي خضوع الطفل للبرنامج المقترح.
* موافقة الطبيب المختص.
* موافقة الأخصائي النفسي.
* موافقة الأخصائي الاجتماعي.
* موافقة الأخصائي الرياضي.

جدول (٣)

اعتدالية بيانات (تجانس) أفراد عينة البحث فى كل من العمر الزمني – نسبة الذكاء – العمر العقلي – الطول – الوزن ن (٢٣)

المتغيرت	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
العمر الزمني	٩,٩٣	٩,٨٠	٠,٩٢	٠,٥٩
نسبة الذكاء	٥٧,٧٨	٥٦,٠٠	٤,٩٦	-٠,٠٥
العمر العقلي	٥,٩٤	٥,٨٥	٠,٩٨	٢,٣٦
الطول	١٣٣,٣٠	١٣٣,٠٠	٦,٢٧	٠,١٨
الوزن	٣١,٦١	٣١,٠٠	٥,١١	٠,٢٢

يتضح من الجدول (٣) ما يلي:

أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠,٠٥ ، +٢,٣٦) وهي تنحصر ما بين -٣ +٣ مما يدل علي اعتدالية البيانات علي المنحني الاعتدالي ووجود تجانس في المتغيرات بين أفراد العينة.

جدول (٤)

اعتدالية بيانات (تجانس) أفراد عينة البحث في اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح (١٩٧٦)م ن (٢٣)

م	المتغيرت	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	التعلق ثني الذراعين	١,١٧	١,٤٠	٠,٨٠	٠,٤٤-
٢	الجلوس من الرقود (٣٠ث)	١٢,٧٤	١٢,٠٠	٩,٢٧	٠,٨٥
٣	الوثب العريض من الثبات	٩٣,٥٢	٨٧,٠٠	٣١,٥٠	٠,٢٥
٤	رمي كرة ناعمة لمسافة	٢٨,١٣	٩,٠٠	١٣,٥٢	٠,٣١
٥	٤٥ متر عدو	١٨,٨٥	١٨,٦٠	٢,٩٩	٠,١٣
٦	٢٧٠ متر جري ومشي	١٨٥,٧٣	١٩٢,٠	١٦,٥٥	٠,٦٥-
٧	الجلوس الطويل والوصول	٤,٠٠	٤,٠٠	٣,٢٨	٠,٣١-
٨	الوثب علي قدم واحدة	٣,٠٠	٣,٠٠	٠,٧٨	٠,٠٠
٩	الحجـــــل	٠,٣٥	٠٠,٠٠	٠,٤٩	٠,٦٨
١٠	حركات البراعة	١,٣٥	٢,٠٠	٠,٨٩	٠,٤٨-
١١	التصويب علي الهدف	٣,٠٤	٣,٠٠	١,١٩	٠,٩٨

يوضح جدول (٤) ما يلي:

أن قيم الالتواء تتراوح ما بين (-٦٥ ، +٩٨) وهي تنحصر ما بين (-٣ ، +٣) مما يدل علي اعتدالية البيانات علي المنحني الاعتدالي ووجود تجانس في المتغيرات بين أفراد العينة.

جدول (٥)

اعتدالية بيانات (تجانس) أفراد عينة البحث في مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الأول) ن (٢٣)

م	المتغيرت	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	السلوك الاستقلالي	٣١,٧٨	٣١,٠٠	١٢,٢٢	٠,٨٣
٢	النمو الجسمي	١٠,٣٥	١٠,٠٠	١,٢٥	٠,٣٧
٣	النشاط الاقتصادي	٥,٩٥	٥,٠٠	٢,٥٢	٠,٣٠
٤	ارتقاء اللغة	١٥,٦٥	١٦,٠٠	١,٣٥	-١,٠٥
٥	الإعداد والوقت	٥,٤٣	٦,٠٠	١,٠٤	-٠,٤٨
٦	النشاط المهني	٢,٨٧	٣,٠٠	٢,٥٤	٠,١٦
٧	التوجيه الذاتي	١٠,١٣	١٠,٠٠	٣,٠٨	٠,٤٨
٨	تحمل المسئولية	١,٧٤	١,٠٠	١,٤٨	٠,٣١
٩	التنشئة الاجتماعية	١٠,١٣	١٠,٠٠	٣,٠٨	٠,٧٨

يوضح جدول (٥) ما يلي:

أن قيم الالتواء تتراوح ما بين (-١,٠٥ ، +٧٨) وهي تنحصر ما بين (-٣ ، +٣) مما يدل علي اعتدالية البيانات علي المنحني الاعتدالي ووجود تجانس في المتغيرات بين أفراد العينة.

جدول (٦)

اعتدالية بيانات (تجانس) أفراد عينة البحث في مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجزء الثاني) ن (٢٣)

م	المتغيرت	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	الالتواء
١	العنف والسلوك التدميري	١٦,٥٥	١٦,٥٥	١١,٢٤	٠,٥٧
٢	السلوك المضاد للمجتمع	١٥,٢١	١٥,٢١	١٠,٠٨	٠,٤٦
٣	السلوك المتمرد	١٦,٦١	١٦,٦١	٨,٧٧	٠,٤٨
٤	السلوك غير المؤتمن	٤,٤٨	٤,٤٨	٢,٨٥	٠,٤٧
٥	الانسحـــــاب	٨,٦١	٨,٦١	٦,٧٧	٠,١٥
٦	السلوك النمطي والتصرفات الشاذة	٢,٨٧	٢,٨٧	٢,٥٩	١,١٥
٧	سلوك اجتماعي غير مناسب	٥,٣٥	٥,٣٥	٢,٧٣	٠,٢٩-
٨	العادات الصوتية غير المقبولة	٣,٧٤	٣,٧٤	٣,٢١	٠,٧٤
٩	العادات الغريبة أو غير المقبولة	٦,١٧	٦,١٧	٤,٢٠	٠,٣٤
١٠	سلوك إيذاء الذات	١,٣٥	١,٣٥	١,٤٨	٠,٦٠
١١	الميل للنشاط الزائد	٥,٩٥	٥,٩٥	٤,٣٢	٠,٢٧
١٢	اضطرابات نفسية	١٩,٨٧	١٩,٨٧	٤,٨٩	٠,٢١-
١٣	استخدام العقاقير	٢,٠٠	٢,٠٠	١,٤٧	٠,١٩

يوضح جدول (٦) ما يلي:

أن قيم الالتواء تتراوح ما بين (-٠,٢٩ ، +١,١٥) وهي تنحصر مابين (-٣ ، +٣) مما يدل علي اعتدالية البيانات علي المنحني الاعتدالي وتجـانس أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث.

وأدوات جمع البيانات :

استخدمت الباحثة الأدوات التاليه لجمع بيانات هذا البحث :

١- اختبار الذكاء لجوداتف:

اختبار رسم الرجل *"Draw-man test, good enough"* (مرفق ١) هو اختبار غير لفظي لقياس الذكاء يمتاز ببساطة إجرائه إذ لا يتطلب من المفحوص أكثر من أن يكون معه قلم رصاص وورقة بيضاء، ثم يطلب منه رسم رجل علي الورقة ولا يعطي أي إرشادات ومراعاة منع أي محاولة للغش بالنظر إلي زملائه وعدم استخدام محاية. وهذا الرسم لا يستغرق عادة أكثر من ١٠ دقائق ويصلح لأعمار ما بين (٣ : ١٤) سنة لذا فهو يناسب الأطفال حتي يمكن التغلب علي مشكلة القراءة والكتابة.

ويتم تصحيح الاختبار علي أساس عدد النقاط التفصيلية التي تظهر في الرسم، وقد حددتها جودانف في ٤٨ نقطة ويعطي للطفل درجة علي كل جزء تفصيلي من خلال رسمه علي حدة، ثم تجمع الدرجة الخام وتعطي درجة تشير إلي نسبة الذكاء من جدول معياري مقابل للدرجة الخام. ولقد تم تطبيق وتقنين هذا الاختبار علي أطفال من البيئة المصرية وكان معامل الصدق (٠,٧٦) وبلغت معاملات الثبات ما بين (٠,٨٦ : ٠,٩٤).

المعاملات العلمية للاختبار:

أولاً: معامل الصدق:

تم حساب صدق الاختبار عن طريق صدق المفهوم أو التكوين *"Construct Validity"* وهو تحليل لمعني درجات الاختبار في ضوء المفاهيم السيكولوجية وهي عبارة عن:

١- الفروق بين الجماعات.

٢- التغير في الأاء.

٣- الارتباط.

٤- الاتساق الداخلي.

٥- دراسة ميكانيزمات الأداء علي الاختبار.

ولقد اختارت الباحثة لتقنين معامل الصدق الفروق بين الجماعات وتم ذلك علي عينة من خارج عينة البحث، ولكنها تمثل المجتمع قوامها (٩) أطفال، حيث قامت الباحثة بتحديد الرباعي الأعلي والأدني لهذه العينة بعد تطبيق الاختبارات وإيجاد دلالة الفروق بين الربيعان في اختبار الذكاء، وذلك للدلالة علي صدقه.

جدول (٧)

الربيع الأعلي و الرباعي الأدني وقيمة (ت) ومستوي الدلالة

لحساب صدق اختبار الذكاء لجود انف / هاريس ن (٩)

الاختبار	الرباعي الأعلي		الرباعي الأدني		قيمة (ت)	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الذكاء	٢٤,٢٥	١,٢٩٩	١٥,٧٥	١,٦٣	١٠,٧٥	دال

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية(٩) ومستوي معنوي ٠,٠٥ = ٠,٦٦٦.

يتضح من الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائية بين الربيع الأعلي والأدني في اختبار الذكاء لجودانف عند مستوي (٠,٠١) مما يشير إلي صدق الاختبار في التمايز بين المستوي الأعلي والأدني.

ثانياً: معامل الثبات:

وقد قامت الباحثة بإيجاد ثبات الاختبار بالتطبيق علي (٩) أطفال من غير عينة البحث ومن نفس مجتمع البحث، وتم إعادة تطبيقه بعد مضي (١٥) يوماً وحساب قيمة معاملات الارتباط بين القياسين.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق لاختبار جودانف ن (٩)

الاختبار	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة معامل الارتباط	الدلالة
	م	ع	م	ع		
الذكاء	١٨,٤٩١	٣,١٠٤	١٩,١٦٧	٣,٦٤٢	٠,٩١٦	دال

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية(٩) ومستوي معنوي ٠,٠٥ = ٠,٦٦٦.

يتضح من جدول (٨) أن قيمة معامل الارتباط لاختبار الذكاء (٠,٩١) وهي دالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) ويعني ذلك أن الاختبار عل يدرجة مقبولة من الثبات.

٢- اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية والترويح (١٩٧٦م) *American Association of Health, Physical Education and Recreation (AAHPER)* (مرفق ٢)

جدول (٩)

يبين عناصر اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح (١٩٧٦م)

م	العناصر	وحدة القياس	القياس
١	التعلق ثني الذراعين	ث	لقياس التحمل العضلي للذراعين والرباط الكتفي
٢	الجلوس من الرقود (٣٠ث)	عدد مرات	لقياس التحمل العضلي البطن
٣	الوثب العريض من الثبات	سم	لقياس القدرة العضلية للرجلين
٤	رمي كرة ناعمة لمسافة	سم	لقياس القدرة العضلية للذراعين
٥	٤٥ متر عدو	ث	لقياس السرعة الانتقالية
٦	٢٧٠ متر جري ومشي	ث	لقياس التحمل الدوري للتنفس
٧	الجلوس الطويل والوصول	سم	لقياس المرونة
٨	الوثب علي قدم واحدة	درجات	لقياس أحد المهارات الحركية الأساسية
٩	الحجل	درجات	لقياس الحجل كأحد المهارات الحركية الأساسية
١٠	حركات البراعة	درجات	لقياس التوافق
١١	التصويب علي الهدف	درجات	لقياس الدقة

يعود اختيار الباحثة لهذا الاختبار:

- سبق تطبيقه في العديد من الدراسات في البيئة المصرية.
- إمكانية وسهولة التطبيق.
- ملائمته للعمر الزمني والعمر العقلي للعينة قيد البحث.
- له معامل صدق وثبات في البيئة المصرية.

٢- مقياس السلوك التـوافقي للجمعيـة الأمريكيـة للإعاقـة الذهنيـة*
(AAMR) American Association of Mental Retardation
(مرفق ٣)

وصف عام للمقياس:

- مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية هـو مقيـاس تقديرات للمعاقين ذهنياً "*Mentally Retarded*" وغيـر المتـوافقين انفعاليـاً "*Emotional Malad Justed*" والمعـاقين "*Developmentally* Disabled" ويمكن استخدامه أيضاً مع الأفراد الذين يعانون من مظاهر أخري للإعاقة، كما أنه مناسب للأسوياء. وهو مصمم ليوفر وصفاً موضوعياً وتقويماً لسلوك الفرد التوافقي، فهو يقيس فعالية الفرد في التعامل مع المطالب الطبيعية والسلوكية والاجتماعية.

ويتكون المقياس من جزئين:

- الجزء الأول:

يشمل السلوك الارتقائي والمهارات التي يكتسبها الطفل في عشر مجالات هي:

١- العمل الاستقلالي.	*Independent Functioning*
٢- النمو الجسمي.	*Physical Development*
٣- النشاط الاقتصادي.	*Economic Activity*
٤- ارتقاء اللغة.	*Language Development*

---

* تم تعديل المقياس عام ١٩٧٥م بواسطة لجنة جمعية الإعاقة الذهنية الأمريكية، وقد أعده وترجمه للعربية كل من دكتور/ صفوت فرج (قسم علم النفس، جامعة القاهرة) ودكتور/ ناهد رمزي (المركز القومي للبحوث الاجتماعية والجنائية).
* يسمح المقياس بإهمال أو تجاهل بعض أجزاء المقياس في حالة وجود مجالات سلوكية معينة أو مجالات سلوكية فرعية، وبنود لا فائدة منها في ظروف نوعية معينة (حسب ظروف العينة).

٥- الإعداد والوقت.	*Number and Time*
٦- الأنشطة المنزلية.	*Home Activities*
٧- النشاط المهني.	*Vocational Activity*
٨- التوجيه الذاتي.	*Self-Directing*
٩- تحمل المسئولية.	*Responsibility*
١٠- التنشئة الاجتماعية.	*Socialization*

- الجزء الثاني:

يشمل الانحرافات السلوكية في أربعة عشر مجالاً هي:

١- العنف التدميري.	*Violent & Destructive Behavior*
٢- السلوك المضاد للمجتمع.	*Antisocial Behavior*
٣- السلوك المتمرد.	*Rebellious Behavior*
٤- السلوك غير المؤتمن.	*Untrwstworthing Behavior*
٥- الانسحـــــــــاب.	*With Drawal Behavior*
٦- السلوك النمطي والتصرفات الشاذة.	*Streotyped Behavior & Odd Mannerisms*
٧- سلوك اجتماعي غير مناسب.	*Inappropriate Social Manners*
٨- العادات الصوتية غير المقبولة.	*Unacceptability of Vocal Habits*
٩- العادات الغريبة أو غير المقبولة.	*Unacceptable and Strange Habits*
١٠- سلوك إيذاء الذات.	*Self-Abusive Behavior*
١١- الميل للنشاط الزائد.	*Hyperactive Tendencies*
١٢- سلوك جنسي شاذ.	*Irregular Sexual Behavior*
١٣- اضطرابات نفسية.	*Psychological Disturbance*
١٤- استخدام العقاقير (العلاج).	*Use of Medications*

المعاملات العلمية للمقياس:

أولا: معامل الصدق:

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس باستخدام الصدق المنطقي، وذلك عن طريق عرض المقياس علي (٥) خمسة من السادة الخبراء للتعرف علي صدق ومنطقية عبارات المقياس، وقد أكدت النتائج موافقة السادة الخبراء بنسبة (١٠٠%) مما يدل علي توافر الصدق المنطقي لهذا المقياس، كما تم حساب الصدق الذاتي للمقياس وبلغت قيمته (٠,٨٩).

ثانيا: معامل الثبات:

تم حساب معامل الثبات للمقياس بإيجاد معامل الارتباط بين تطبيق المقياس وإعادة التطبيق *"Test-Retest"* بفاصل زمني قدره أسبوعان بين كل من التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وذلك علي عينة قوامها (٩) أطفال اختيرت عشوائياً من مجتمع البحث وخارج حدود العينة الأصلية.

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق

لمقياس السلوك التوافقي ن (٩)

التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
م	ع	م	ع	
٣٢,٠٠	٢,٠٥	٤٠,٢	٣,٥١	٠,٨١

قيمة "ر" الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٠,٦٦٦

يوضح جدول (١٠) أن قيمة معامل الارتباط بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق بلغ (٠,٨١) مما يدال علي أن المقياس علي درجة مقبولة من الثبات.

برنامج التربية الحركية المقترح:

من أجل وضع برنامج التربية الحركية المقترح قامت الباحثة بالاطلاع علي العديد من المراجع العلمية والدراسات السابقة التي تناولت الأطفال المعاقين ذهنياً والابلين للتعلم ثم تم وضع محتوي الأنشطة والإمكانات وفقاً لآراء الخبراء، وعليه تم وضع البرنامج المقترح للتربية الحركية مرفق (٥) وطبق علي الأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم بمدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة (مرفق ٨) .

الهدف من البرنامج:

١- تنمية الكفاءة الحركية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ممن تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (٥٠-٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩ - ١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ - ٧) سنوات.

٢- تنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم ممن تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (٥٠-٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩ - ١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ - ٧) سنوات.

أسس بناء البرنامج:

- أن يتمشي البرنامج مع خصائص هذه الفئة ومع ميولهم وقدراتهم.
- أن تتيح الألعاب لهذه الفئة التحرك بسهولة ويسر مع مراعاة عامل الأمن والسلامة أثناء تنفيذ الوحدة الدراسية.
- أن تتوافر أدوات ذات ألوان مبهجة حتى تثير دوافع وطاقات الأطفال المعاقين ذهنياً.
- التنوع في استخدام الأدوات الصغيرة (كرات - أطواق بأحجام مختلفة - حبال - أكياس حبوب - شرائط ملونة ... الخ).
- الاهتمام بتنوع الاتجاهات (أسفل - أعلي - جانب - حول - أمام خلف).
- التركيز علي تقوية عضلات الرجلين كما ذكرها فؤاد البهي (٤٠)

- أن يسمح البرنامج بالانتقال من مكان إلي آخر وإدراك الجسم والتحكم فيه من خلال مواقف متنوعة.
- مراعاة مبدأ التدرج من التمارين البسيطة إلي المركبة ومن السهل إلي الصعب.
- التوازن بين الأنشطة الحركية والثابتة بكل وحدة دراسية.
- مراعاة مظاهر التعب وتخصيص فترات بينية قصيرة للراحة.
- تحريك خيال الطفل بالأنشطة الإبداعية التقليدية.
- توفير الإسعافات الأولية لاستخدامها عند الحاجة.
- مراعاة تخصيص وقضاء فترة ترويحية أسبوعياً مع أفراد العينة، وتكون خارج الفترات المخصصة لتنفيذ البرنامج.
- مراعاة الأنشطة التي تعمل علي تحريك العضلات الكبيرة أولاً ثم الصغيرة، وكذا الحركات البطيئة ثم السريعة.

تقسيم البرنامج:

قسم برنامج التربية الحركية المقترح إلي(١٠) عشرة وحدات تدريبية، كل وحدة تعمل من خلال الأنشطة التي تحتويها علي تحقيق الهدف منها، وتم تطبيق البرنامج علي مدي(١٠) عشرة أسابيع، وهي المدة الكلية للبرنامج، واستغرقت كل وحدة أسبوعا لتنفيذها بواقع(٣) ثلاثة دروس أسبوعياً، أي (٣٠) درساً للبرنامج خلال مدة تنفيذه، وقد كان زمن الدرس الواحد (٤٥) دقيقة.

وقد تم الاستعانة بعدد من المساعدين للمساهمة في تنفيذ البرنامج، وذلك لضمان تحقيق الأهداف المرجوة، وتم اختيارهم علي أساس أن تتوفر لديهم الرغبة في المساهمة في نجاح البرنامج والدقة وتحمل المسئولية والمواظبة وهم مدرسة التربية الرياضية والأخصائي الاجتماعي والمشرفة المقيمة والأخصائي النفسي ومدرسة الموسيقي.

تقسيم الدرس:

تم تقسيم كل درس إلي ثلاثة أجزاء:

(١) الجزء التمهيدي (الإحماء) :

ويهدف إلي تهيئة الجسم وأجهزته لتقبل المجهود، ويشتمل هذا الجزء علي حركات بسيطة ومتنوعة مثل المشئ والجري وتقليد الطيور والحيوانات. وزمن هذا الجزء (٧) ق.

(٢) الجزء الرئيسي (الأساسي) :

يحتوي علي الأنشطة التي تهدف إلي تحقيق الهدف الرئيسي من الوحدة، وهي تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية، وهذا يتم باستخدام أدوات مختلفة وتشكيلات مبتكرة مع المصاحبة الموسيقية. وزمن هذا الجزء (٣٥) ق.

(٣) الجزء النهائي (الختامي) :

ويتضمن هذا الجزء علي بعض أنشطة الاسترخاء والتنفس التي تساعد علي عودة أجهزة للجسم إلي حالتها الطبيعية. وزمن هذا الجزء (٣) ق.

الأنشطة المستخدمة في البرنامج:

- **أنشطة انتقالية:**

مثل (المشي – للجري – الحجل – الوثب – المروق – القفز – التسلق – الصعود والهبوط).

- **أنشطة متنوعة(غير إنتقالية):**

مثل حركات (التوازن – الدوران – الارتداد).

- **أنشطة يدوية (تحكم وسيطرة) :**

مثل (الرمي – اللقف – الدحرجة – الدفع – ألعاب ورقية).

- **أنشطة تثير الخيال (إبتكار) :**

مثل تقليد (الطيور والحيوانات – السيارات – القطارات) (٤٥).

الادوات المستخدمة لتنفيذ البرنامج المقترح:

١- جلاجـــــــل
٢- مكعبات خشبية
٣- جير – طباشير
٤- أطواق مختلفة الأحجام
٥- مربعات كرتونية ملونة
٦- حبـــــــال
٧- أشولــــــــة
٨- صناديق كرتون
٩- لوحات كرتون
١٠- بالونات ملونة مختلفة الأحجام
١١- أكياس حبوب
١٢- زجاجات ملونة
١٣- كور مختلفة الأحجام
١٤- مسجـــــــل
١٥- عصي مختلفة الأحجام
١٦- كرات تنس
١٧- أساتـــــــك
١٨- مقاعد سويدية
١٩- إطارات كاوتشوك
٢٠- دف
٢١- إيشاربات ملونة
٢٢- أقماع بلاستيك
٢٣- ساعة إيقاف
٢٤- صور لأشياء مختلفة
٢٥- متر قياس
٢٦- مراتـــــــب
٢٧- صفـــــــارة
٢٨- شرائط ملونة
٢٩- أشكال هندسية
٣٠- كراســــــي
٣١- مسطرة مدرجة

محتوي البرنامج:

يتكون البرنامج من (١٠) عشرة وحدات تعليمية، كل وحدة تم تنفيذها علي مدي أسبوع واحد بواقع (٣)ثلاثة دروس في الأسبوع، وبذلك كان إجمالي البرنامج (٣٠) درساً بواقع (٤٥) دقيقة للدرس الواحد.

بالإضافة إلي يوم الثلاثاء الذي كان مخصصاً للترويح والترفيه والعمل الحر باستخدام بعض الأدوات للعمل اليدوي وسماع الموسيقي.

جدول (١١)

محتوي الوحدات التعليمية التي يشملها البرنامج

رقم الوحدة	الهدف من الوحدة
الأولي	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة مفهوم الذات الجسمية (إدراك فهم الجسم).
الثانية	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (المهارات الحركية الأساسية وتربية القوام) .
الثالثة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (مهارات التوافق والمرونة).
الرابعة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (مهارات الرشاقة والتوازن وحركات البراعة).
الخامسة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال الإعادة علي ما سبق تدريسه، مع التركيز علي نقاط الضعف.
السادسة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (تنمية القدرة والسرعة والتحمل الدوري النفسي).
السابعة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (مهارات إدراك المجال والاتجاهات والأشكال) .
الثامنة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (مهارات الإيقاع (التمييز السمعي) والتحكم العضلي العصبي).
التاسعة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال أنشطة (مهارات الخيال والابتكار).
العاشرة	تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية من خلال الإعادة علي ما سبق تدريسه مع التركيز علي نقاط الضعف.

ثانياً: إجراءات البحث:

- الدراسة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء دراسة استطلاعية علي عينة اختيرت عشوائياً من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية التي سيطبق عليها البرنامج بعد أن تم إيجاد التجانس بين أفراد العينة فى جميع المتغيرات وقد وبلغ قوامها (٩) أطفال في الفترة من السبت الموافق ٢٠٠١/٢/١٦م إلي الخميس الموافق ٢٠٠١/٢/٢١م من الساعة الواحدة حتى الساعة الرابعة مساءً عدا الخميس، فكان من الساعة العاشرة صباحاً حتي الساعة الواحدة ظهراً(نظرا لخروجوهم للإجازةالأسبوعية) وذلك **بهدف التعرف علي:**

- صلاحية أدوات جمع البيانات المستخدمة.
- أسلوب تقديم وسائل جمع البيانات وأفضل ترتيب لتقديمها.
- التأكد من مناسبة البرنامج لقدرات أفراد العينة.
- معرفة أفضل وقت لتنفيذ البرنامج المقترح.
- معرفة الوقت الذي يستغرقه التلاميذ في أداء الأنشطة.

*** وقد أسفرت الدراسة الاستطلاعية عن ....**

- تغيير بعض المهارات الحركية بالبرنامج واستبدالها بأخري بعد عرضها علي السادة الخبراء.
- حذف بعض المجالات من مقياس السلوك التوافقي.
- ضرورة توفير أدوات رياضية وألعاب ترفيهية وورقية.

لذا قامت الباحثة بتوفير جميع الأدوات الخاصة بتنفيذ البرنامج.

القياسات القبلية:

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبلية لكل من (اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية والتربية البدنية والترويح) ومقياس السلوك التوافقي علي عينة البحث وقوامها (٢٣) طفلاً، وقد استغرق تطبيق تلك القياسات أسبوعاً اعتباراً من السبت الموافق ٢٠٠١/٣/٢م إلي الخميس الموافق ٢٠٠١/٣/٧م. وذلك من الساعة الواحدة

ظهراً حتى الساعة الرابعة مساءً عدا الخميس، فكان من الساعة العاشرة صباحاً حتى الواحدة ظهراً.

تطبيق البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج المقترح علي عينة البحث بعد اخذ راى السادة الخبراء* (مرفق ٥) اعتباراً من يوم السبت الموافق ٢٠٠١/٣/٩م إلي يوم الأربعاء الموافقف ٢٠٠١/٥/١٥م أي لمدة (١٠) أسابيع بواقع (٣) دروس أسبوعياً وبمعدل (٤٥) دقيقة لكل درس وتبعاً للخطة الموضوعة كما يلي:

- تم تخصيص أيام (السبت – الاثنين – الأربعاء) من كل أسبوع من الرابعة مساءً إلي الساعة السادسة مساءً لتنفيذ وحدات البرنامج المقترح.

- وخارج البرنامج المقترح:

تم تخصيص يوم الثلاثاء من كل أسبوع لقضاء وقت ترويحي مع أفراد عينة البحث (قصص – ألعاب ورقية – أغاني وموسيقي – ألعاب – مسابقات ترفيهية).

القياسات البعدية:

تم إجراء القياس البعدي في اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية لعينة البحث في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٠١/٥/١٨م في تمام الساعة العاشرة صباحاً إلي الاثنين الموافق ٢٠٠١/٥/٢٠م اعتباراً من الساعة الواحدة ظهراً حتى الرابعة مساءً عدا الخميس فكان من الساعة العاشرة صباحاً حتى الواحدة ظهراً علي النحو التالي:

---

*ممن يتوافر فيهم شرط الحصول على الدكتوراة و لهم خبرة فى التدريس لا تقل عن (١٥) عاما"(مرفق ٥) .

جدول (١٢)
يبين التوزيع الزمني لاختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية في القياسات البعدية

اليوم	التاريخ	الاختبار
السبت	١٨/٥/٢٠٠١م	- تعلق ثني الذراعين - جلوس من الرقود ٣٠ ث - الوثب العريض من الثبات
الأحد	١٩/٥/٢٠٠١م	- رمي كرة ناعمة لمسافة ٤٥ متر عدو ٢٧٠ متر جري ومشي
الاثنين	٢٠/٥/٢٠٠١م	- الجلوس الطويل والوصول - الوثب علي قدم واحدة - الحجـــــــــــل
الثلاثاء	٢١/٥/٢٠٠١م	- حركـــــــــــات البراعــــــة - التصويـــب علي الهـــــــدف

- تم إجراء القياس البعدي لعينة البحث في مقياس السلوك التوافقي اعتباراً من يوم السبت الموافق ١٨/٥/٢٠٠١م إلي يوم الأربعاء الموافق ٢٢/٥/٢٠٠١م.

مع مراعاة توافر ظروف وشروط التطبيق في القياسات القبلية، وذلك لتثبيت لجنة تقويم مستوي الأداء في القياسين القبلي والبعدي.

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام الحاسب الآلي في معالجة بيانات البحث عـن طريـق برنامج Stat-Pro، وقد تم استخدام ما يلي:

١- المتوسط الحسابي *Mean*
٢- الوسيـــــــــــط *Median*
٣- الانحراف المعياري *Standard Deviation*
٤- الالتواء *Skew ness*
٥- معامل الارتباط *Person*
٦- اختبارات الفروق "ت" لمجموعة واحدة *T. Test*
٧- اختبار قوة التأثير إيتا^2 *ETA^2*

وقد استخدمت الباحثة مستوي معنوي ٠,٠٥

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

اولاً: عرض النتائج

- عرض النتائج المرتبطـــــة بالكفـــــاءة الحركيـــــة وتفسيرها.
- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة النفسية والاجتماعية وتفسيرها.
  - الجـــــزء الأول
  - الجـــــزء الثاني

ثانيا: مناقشة النتائج

- عرض النتائـــج المرتبطـــة بالكفـــاءة الحركيـــــة ومناقشتها.
- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة النفسية والاجتماعية ومناقشتها.
  - الجـــــزء الأول
  - الجـــــزء الثاني

أولاً: عرض النتائج

- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة الحركية.

جدول (١٣)

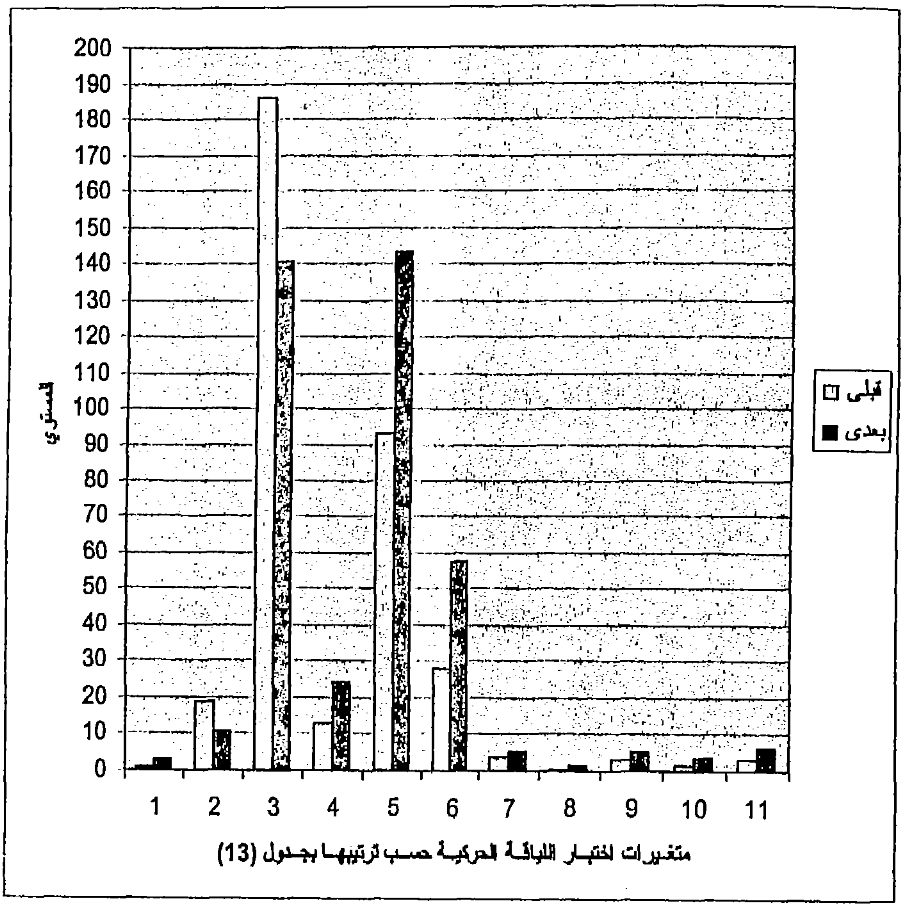
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " وحساب إيتا٢ لكل من القياس القبلي والقياس البعدي لاختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح ن (٢٣)

م	المتغير	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت	إيتا٢
١	التعلق ثني الذراعين	١,١٧	٣,١٠	١,٩٣	١,٠٠	٩,٢٢	٠,٧٩
٢	٤٥ م عدو	١٨,٨٥	١٠,٦٨	٨,١٧	٣,٢٥	١٢,٠٥	٠,٨٧
٣	٢٧٠م جري ومشي	١٨٥,٧٣	١٤٠,٤٨	٤٥,٢٥	٢٠,٨٨	١٠,٥٥	٠,٨٣
٤	الجلوس من الرقود ٣٠ثانية	١٢,٧٤	٢٤,٢٦	١١,٥٢	٧,١٤	٧,٧٧	٠,٧٣
٥	الوثب العريض من الثبات	٩٣,٥٢	١٤٣,٢٢	٤٩,٧	١٥,٩٨	١٤,٩١	٠,٩١
٦	رمي كرة ناعمة لمسافة	٢٨,١٣	٥٧,٧٧	٢٩,٦٤	٩,٥٥	١٥,٧٨	٠,٩٢
٧	لجلوس لطويل والوصول	٩,٢٣	٥,٢٢	٤,٠١	٣,٠٥	١٤,٤٤	٠,٩٠
٨	الحجل	٠,٣٥	١,٤٨	١,١١	٠,٨٨	٥,٧٠	٠,٦٠
٩	الوثب علي قدم واحدة	٣,٠٠	٥,١٧	٢,١٧	٠,٩٣	١١,١٣	٠,٨٧
١٠	حركات البراعة	١,٣٥	٣,٦٠	٢,٢٥	١,١٥	٩,٧٧	٠,٨١
١١	التصويب علي الهدف	٣,٠٤	٦,٥٦	٣,٥٢	١,٨٣	٩,٠٠	٠,٧٨

قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوي ٠,٠٥ = ١,٧١٧ في اتجاه واحد.

يتضح من الجدول (١٣) ما يلي:

أن قيمة " ت " دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي ومتوسط القياسين في اتجاه القياس البعدي، ويعني ذلك أن هذه الفروق حقيقية أي أنها غير راجعة للصدفة. ولذا قامت الباحثة باستخدام لختبار قوة التأثير " إيتا٢ "، والذي سجل أعلي قيمة له (٠,٩٢) في متغير رمي الكرة الناعمية لأبعد مسافة وسجل أقل قيمة (٠,٦٠) في متغير الحجل ويتضح ذلك من خلال شكل (٤).



شكل (٤)

رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى لاختبار اللياقة الحركية لمتوسطى الاعاقة الذهنية للجمعية الامريكية للصحة و التربية البدنية و الترويح

- عرض النتائج المرتبطة بالكفاءة النفسية والاجتماعية

جدول (١٤)

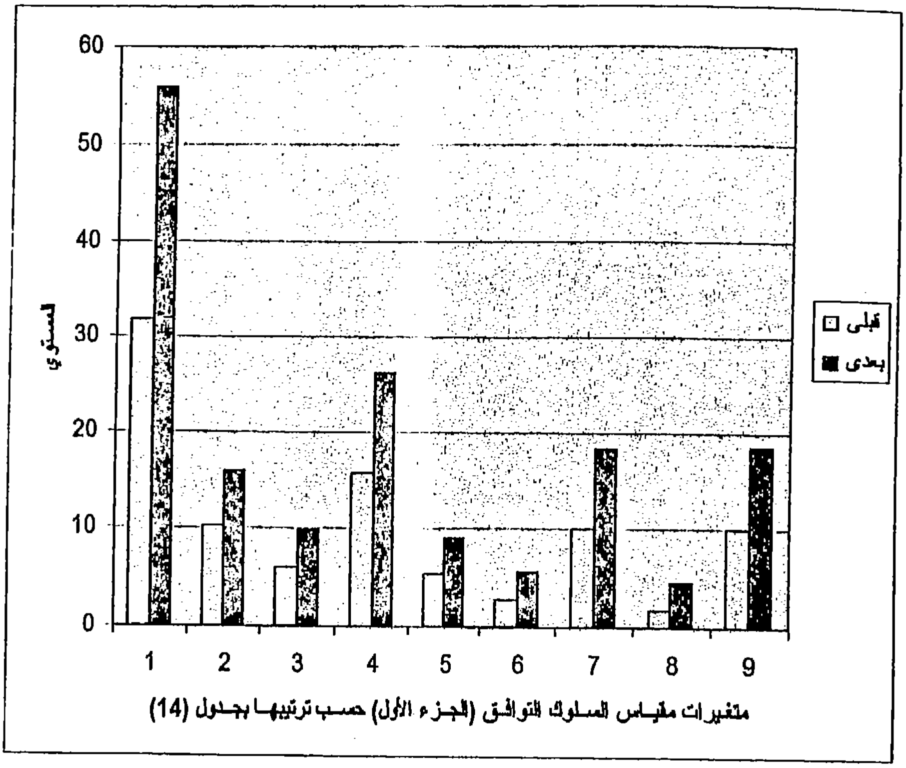
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " وحساب إيتا² لكل من القياس القبلي والقياس البعدي لمقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية(الجزء الأول) ن (٢٣)

م	المتغير	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت	إيتا²
١	العمل الاستقلالي	٣١,٧٨	٥٥,٨٣	٢٤,١٥	٧,١٧	١٦,٣٣	٠,٩٢
٢	النمو الجسمي	١٠,٣٥	١٥,٩١	٥,٥٦	١,٥٢	١٧,٨٥	٠,٩٣
٣	النشاط الاقتصادي	٥,٩٥	٩,٨٢	٣,٨٧	١,٦٥	١٣,٧١	٠,٨٩
٤	ارتقاء اللغة	١٥,٦٥	٢٦,١٣	١٠,٤٨	٣,١٧	١٦,٤١	٠,٩٢
٥	الإعداد والوقت	٥,٤٣	٩,١٣	٣,٧	١,٢٢	١٤,٥٠	٠,٩١
٦	النشاط المهني	٢,٨٧	٥,٥٦	٢,٦٩	٢,٠٢	٦,٦٠	٠,٦٦
٧	التوجيه الذاتي	١٠,١٣	١٨,٣٠	٨,١٧	٢,٧٧	١٤,١٣	٠,٩٠
٨	تحمل المسئولية	١,٧٤	٤,٦٠	٢,٨٦	٠,٧٥	١٨,٢٦	٠,٩٤
٩	التنشئة الاجتماعية	١٠,١٣	١٨,٤٨	٨,٣٥	٣,٠٠	١٣,٢٨	٠,٨٨

قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوي ٠,٠٥ = ١,٧١٧ في اتجاه واحد.

يتضح من الجدول (١٤) ما يلي:

أن قيمة " ت " دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي ومتوسط القياسين في اتجاه القياس البعدي، ويعني ذلك أن هذه الفروق حقيقية أي أنها غير راجعة للصدفة. ولذا قامت الباحثة استخدام اختبار قوة التأثير " إيتا² "، والذي سجل أعلي قيمة له (٠,٩٤) في متغير تحمل المسئولية وسجل أقل قيمة (٠,٦٦) في متغير النشاط المهني، ويتضح ذلك من خلال شكل (٥)



شكل (٥)

رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى

لمقياس السلوك التوافقى للجمعية الامريكية

للاعاقة الذهنية (الجزء الاول)

جدول (١٥)

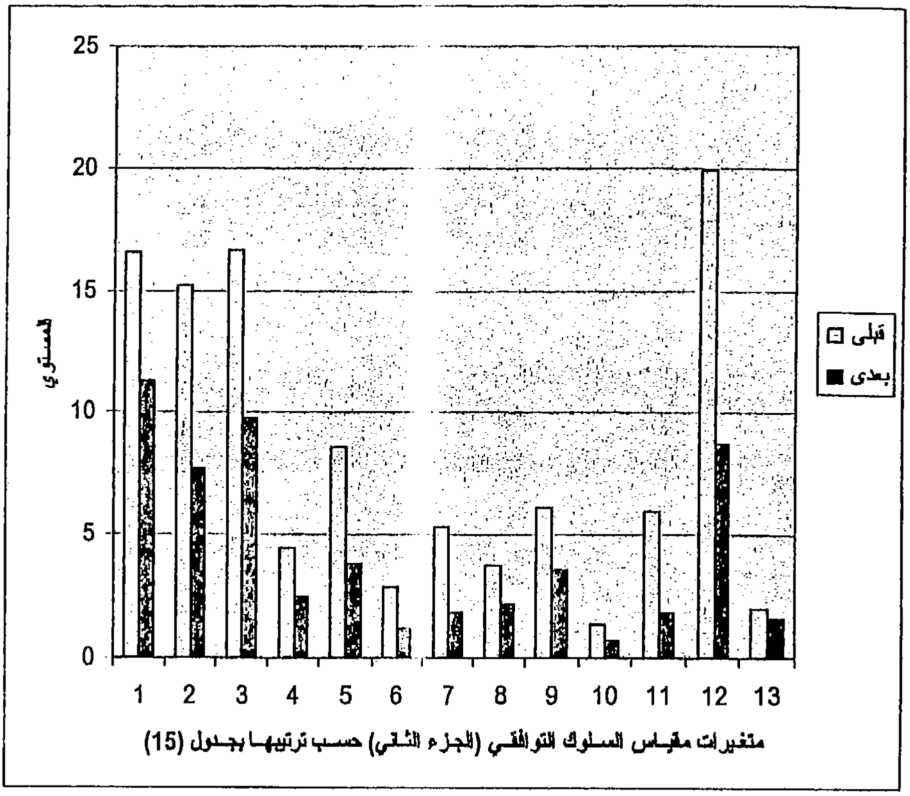
المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة " ت " وحساب إيتا^{٢}لكل من القياس القبلي والقياس البعدي لمقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (الجـــزء الثانـــي) ن (٢٣)

م	المتغـــــــــير	متوسط القياس القبلي	متوسط القياس البعدي	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري للفرق	قيمة ت	إيتا^{٢}
١	العنف والسلوك التدميري	١٦,٥٥	١١,٣٠	٥,٢٥	٤,٤٦	٥,٧٧	٠,٦٠
٢	السلوك غير الاجتماعي	١٥,٢١	٧,٧٣	٧,٤٨	٥,٤٠	٦,٦٣	٠,٦٧
٣	السلوك المتمرد	١٦,٦١	٩,٨٣	٦,٧٨	٤,٨٠	٦,٨٥	٠,٦٨
٤	السلوك غير المؤتمن	٤,٤٨	٢,٤٣	٢,٠٥	١,٥٥	٦,٠٤	٠,٦٢
٥	الانسحـــــــــاب	٨,٦١	٣,٨٣	٤,٧٨	٣,٩٥	٥,٩٤	٠,٦١
٦	السلوك النمطي والتصرفات الشاذة	٢,٨٧	١,١٧	١,٧	١,٤٦	٥,٦١	٠,٥٩
٧	سلوك اجتماعي غير مناسب	٥,٣٥	١,٨٧	٣,٤٨	١,٨٥	٩,٠٠	٠,٧٨
٨	العادات الصوتية غير المقبولة	٣,٧٤	٢,١٨	١,٥٦	١,٤٠	٥,٦٥	٠,٥٩
٩	العادات الغريبة غير المقبولة	٦,١٧	٣,٥٦	٢,٦١	٣,٦٥	٣,٦٣	٠,٣٧
١٠	سلوك إيذاء الذات	١,٣٥	٠,٧٤	٠,٦١	٠,٨٨	٣,٢٥	٠,٣٢
١١	الميل للنشاط الزائد	٥,٩٥	١,٨٢	٤,١٣	٣,١٤	٦,١٧	٠,٦٣
١٢	اضطرابات نفسية	١٩,٨٧	٨,٧٣	١١,١٤	٤,١٧	١٣,٠٤	٠,٨٨
١٣	استخدام العلاج	٢,٠٠	١,٥٦	٠,٤٤	٠,٦٦	٣,١٥	٠,٣١

قيمة " ت " الجدولية عند درجة حرية ٢٢ ومستوي ٠,٠٥ = ١,٧١٧ في اتجاه واحد.

يتضح من الجدول (١٥) ما يلي:

أن قيمة " ت " دالة إحصائياً بين القياس القبلي والقياس البعدي ومتوسط القياسين في اتجاه القياس البعدي، ويعني ذلك أن هذه الفروق حقيقية أي أنها غير راجعة للصدفة. ولذا قامت الباحثة بتطبيق اختبار قوة التأثير " إيتا^{٢} "، والذي سجل أعلي قيمة له (٠,٨٨) في متغير اضطرابات نفسية وسجل أقل قيمة (٠,٣١) في متغير استخدام العلاج، ويتضح ذلك من خلال شكل (٦)



شكل (٦)

رسم بيانى يوضح القياس القبلى و القياس البعدى

لمقياس السلوك التوافقى للجمعية الامريكية

للاعاقة الذهنية (الجزء الثانى)

مناقشة النتائج:

بعد العرض السابق لنتائج البحث قامت الباحثة بمناقشة النتائج علي ضوء الفروق بين القياسات القبلية والقياسات البعدية لمجموعة البحث التي طبق عليهم البرنامج المقترح كما يلي:

مناقشة الفرض الأول: توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي والقياس البعدي للكفاءة الحركية في اتجاه القياس البعدي.

أسفرت النتائج المدونة بجدول (١٣) عن وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدي في اتجاه القياس البعدي لعينة البحث للأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم بمدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة وذلك في اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمركية للصحة والتربية البدنية والترويح AAHPER (١٩٧٦م)، حيث كانت قيمة " ت " المحسوبة المعبرة عن هذه الفروق أكبر من مثيلاتها في درجات القياس القبلي عند درجة حرية (٢٣) ومستوي معنوي (٠,٠٥) وترجع الباحثة هذا إلي أن تطبيق برنامج التربية الحركية المقترح يبدو أنه أدي إلي رفع مستوي الكفاءة الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً الخاضعين للبرنامج المقترح، وهذه النتائج تتفق مع نتائج دراسة كل من كوثر الموجي (١٩٨٩م)(٤٩) وصلاح عيسوي (١٩٩٢م)(٢٨) ورانيا صبحي (١٩٩٨م) (١٥) وآمال مرسي ومها العطار (٢٠٠٠م) (٥) ونجدة لطفي (٢٠٠٢م)(٦٩)، حيث أشارت جميعها إلي أن ممارسة الأطفال المعاقين ذهنياً للأنشطة الحركية والتمرينات الرياضية الهادفة تعمل علي تنمية وتحسين اللياقة البدنية وتؤدي إلي ارتفاع الكفاءة الحركية، وكذا دراسة كل من جانسم وكومبس *"Jansme & Combs"* (١٩٨٧م) (٩٥) وكاستانجو *"Castango"* (١٩٩٢م)(٨١) و كاترين جويسي ريجن *"Katherine, J. R."* (١٩٩٣م)(٨٧) و ديفيد كلاف

وساندرا فانين "David Cluphf and Sandra Vanin" (٢٠٠١م)(١١٣)، وهذا ما أشار إليه فاروق صادق (١٩٨٥م) من أن تدريب العضلات والحواس يمكن أن يقوي الموصلات المستقبلة، فتستثير الجهاز العصبي المركزي وتستثير القشرة المخية لأداء عقلي أكثر نشاطاً لذوي الإعاقة الذهنية (٤٣ : ٥٤)

كما يتضح أيضاً من جدول (١٣) ومن خلال النتائج المدونة به أن قيمة "ت" سجلت أقل قيمة تحسن لها وهي (٥,٧) في متغير الحجل والذي يقيس الحجل كأحد المهارات الحركية الأساسية، كما يشير هنا اختبار قوة التأثير (إيتا٢) حيث سجل أقل قيمة وهي(٠,٦٠) وترجع الباحثة هذا إلي ضعف العضلات الكبيرة للرجلين في أداء مهارة الحجل وذلك لصغر سن العينة. وما تتطلبه هذه المهارة من توافق وهذا ما أشار إليه كل من عبد العظيم شحاته (١٩٩١م)(٣٢) ومحمد كامل (١٩٩٦م) من أن الأطفال المعاقين ذهنياً يتصفون بضعف في التوافق الحركي وميكانيكية الجسم ويتصفون بعدم المرونة في المفاصل وضعف الاتزان في الحركة (٥٧ : ٢٧٦) ويؤيد ذلك ما ذكره فؤاد البهي (١٩٩٧م)من أن النمو الحركي في تطوره من مستوي لآخر يعتمد علي مدي نضج الطفل للقيام بالحركات المختلفة ولأن تدريب الطفل للقيام بعمل ما لن يفيده الفائدة المرجوة إلا إذا بلغ مستوي نموه الحد الذي يؤهله للإفادة من هذا التدريب (٤٠ : ١١١-١١٢)، بينما سجلت "ت" بجدول (١٣) أعلي قيمة لها وهي (١٥,٧٨) متر في متغير رمي كرة ناعمة لأبعد مسافة، والذي يقيس القدرة العضلية للذراعين وهذا ما أشار إليه اختبار قوة التأثير (إيتا٢) والذي بلغ (٠,٩٢) وترجع الباحثة هذا إلي أن مهارة الرمي من المهارات الطبيعية التي يمارسها الأطفال بتلقائية، وتعتبر من المهارات الأساسية التي يعتمد عليها الطفل في ممارساته الحياتية اليومية.

وفي متغير التعلق مع ثني الذراعين والذي يقيس التحمل العضلي للذراعين والرباط الكتفي سجلت قيمة "ت" (٩,٢٢) بينما سجلت (إيتا٢)

(٠,٧٩) والجلوس من الرقود والذي يقيس التحمل العضلي للبطن كانت "ت" (٧,٧٧) بينما اختبار قوة التأثير (إيتا٢) بلغ (٠,٧٣) وكذا التصويب علي الهدف والذي يقيس الدقة بلغت "ت" (٩,٠٠) بينما سجل في اختبار قوة التأثير (إيتا٢) (٠,٧٨) من تلك البيانات تري الباحثة أن كل من التعلق ثني الذراعين والجلوس من الرقود والتصويب علي الهدف علاوة علي الحجل والذي سبق، وسجل أدني مستوي فقد بلغت قوة التأثير بها أقل من (٠,٨٠)، وهذا يعطي مؤشر لضرورة الاهتمام بهذه المتغيرات وتعديل بعض التمرينات وتكثيفها داخل البرنامج المقترح الذي نفذ حتى تقترب قوة تأثيرها من المتغيرات الأخري والتي تتراوحت قيمة "ت" بها ما بين (٩,٧٧-١٥,٧٨) وسجل اختبار قوة التأثير (إيتا٢) (٠,٨١-٠,٩٢) حيث بلغت في اختبار ٤٥م عدو حيث أن تسجيل إيتا ٢ لهذا الرقم يعد ذو قوة تأثير واضحة لأن هذا المتغير يقاس بالثواني وكلما قلت عبر هذا عن أرتفاع مستوي الأداء والذي يقيس القدرة العضلية للرجلين (٠,٩١) والجلوس الطويل والوصول والذي يقيس المرونة (٠,٩٠) والوثب علي قدم واحدة لقياس أحد المهارات الحركية الأساسية (٠,٨٧) وحركات البراعة والتي تقيس التوافق مكان (٩,٧٧) وبمقارنة يتم حجم قوة التأثير (إيتا٢) الناتجة بالدرجات تحدد درجة دلالة حجم التأثير.

مما سبق يمكن استخلاص أن برنامج التربية الحركية المقترح يبدو أنه كان له تأثير كبير في رفع كفاءة هذه المتغيرات لدي الأطفال المعاقين ذهنياً والذين طبق عليهم البرنامج وترجع الباحثة هذا التأثير إلي عاملين إحداهما يختص بعدم الاهتمام بالبرامج الموضوعة لتلك الفئة ومتابعة تطبيقها مما أدي إلي ضعف مستوي الكفاءة العامة لتلك المجموعة والعامل الثاني هو إمكانية توفير الأدوات الرياضية والأدوات البديلة والألعاب الورقية والذهنية المتنوعة من قبل الباحثة والتي ساعدت علي جذب واهتمام الأطفال المعاقين ذهنياً للمشاركة بإيجابية. علاوة علي ذلك أن تصميم أنشطة

البرنامج بما تحويها من فرص متاحة لإكساب خبرات نجاح وتكرارها ساعد علي رفع الكفاءة المهارية والحركية لدي العينة، لذا يمكن القول أنه تحققت صحة الفرض الأول والذي ينص علي (توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي والقياس البعدي للكفاءة الحركية في اتجاه القياس البعدي) .

مناقشة الفرض الثاني: توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي و القياس البعدى للكفاءة النفسية والاجتماعية في اتجاه القياس البعدي.

أسفرت النتائج المدونة بجدول (١٤) عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات القياس القبلي ومتوسط درجات القياس البعدي للأطفال المعاقين ذهنياً والخاضعين للبرنامج المقترح بمدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة في مقياس السوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية في اتجاه القياس البعدي في أبعاد الجزء الأول الخاص بالسلوك النمائي، حيث كانت قيم "ت" المحسوبة المعبرة عن هذه الفروق أكبر من مثيلاتها في متوسط درجات القياس القبلي عند درجات حرية (٢٣) ومستوي معنوي (٠,٠٥) مما يدل علي أن تطبيق برنامج التربية الحركية المقترح يبدو أنه أدي إلي رفع مستوي كفاءة السلوك النمائي (الجزء الأول من مقياس السلوك التوافقي) لعينة البحث، وهذا يدل علي احتواء البرنامج المقترح علي ما ينمي هذه الأبعاد الخاصة بالسلوك النمائي بفاعلية ووضوح، وتتفق هذه النتائج مع دراسة "جانسم وكومباس" "Jansme ,and Cambs"(١٩٨٧م) (٩٥) وكوثر الموجي (١٩٨٩م) (٤٩) وفاطمة وهبة (١٩٩٠م) (٤٤) وكاستانجو *"Castango"* (١٩٩٢م)(٨١) وآمال مرسي ومها العطار (٢٠٠٠م) (٥) والتي توصلت جميع نتائجها إلي وجود تحسن ملموس في

السلوك النمائي للمعاقين ذهنياً نتيجة تطبيق وممارسة الأنشطة الرياضية والترويحية.

كما يتضح من جدول (١٤) والخاص بقياس مدي تأثير برنامج التربية الحركية المقترح علي أبعاد الجزء الأول من مقياس السلوك التوافقي الخاص بالسلوك النمائي لأطفال العينة قيد البحث ووفقاً لاختيار قوة التأثير (إيتا^{2}) أنها سجلت (٠,٩٢) بالنسبة للعمل الاستقلالي و(٠,٩٣) للبعد الخاص بالنمو الجسمي و(٠,٨٩) للنشاط الاقتصادي و (٠,٩٢) لارتقاء اللغة وسجلت(٠,٦٦) للبعد الخاص بالنشاط المهني، وهذه تعد أدني قيمة كما سجلت (٠,٩٠) للبعد الخاص بالتوجيه الذاتي وسجلت (٠,٩٤) للبعد الخاص بتحمل المسئولية وهذه تعد أعلي قيمة وسجلت(٠,٨٨) في البعد الخاص بالتنشئة الاجتماعية.

وبمقارنة قيم حجم التأثير الناتجة بالدرجات والتي تحدد دلالة حجم التأثير المدونة بذات الجدول نجد أن برنامج التمرينات المقترح يبدو أنه له تأثير قوي في رفع مستوي السلوك النمائي (الجزء الأول من السلوك التوافقي) للأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم بمدارس التثقيف الفكري، ويلاحظ أن أعلي قيمة لقوة التأثير تقدر بـــ (٠,٩٤) وتخص البعد الخاص بتحمل المسئولية، وتفسر الباحثة ذلك أن خبرات النجاح التي مروا بها من خلال البرنامج المقترح وأسلوب الثواب والعقاب أدت إلي زيادة الثقة بالنفس والاعتماد علي أنفسهم، وبالتالي تحمل المسئولية ويؤيد ذلك ما ذكرته زينب شقير (١٩٩٩م) عن دراسة قام بها ويست West للأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم بالمرحلة الابتدائية، حيث خلصت نتائجها إلي أن البرنامج المعد أدي إلي اكتساب بعض الخصائص لدي هؤلاء الأطفال مثل تحمل المسئولية والثقة في النفس والاعتماد علي أداء بعض المهارات البسيطة الخاصة بالحياة اليومية (٥١ : ١٧١).

كما يلاحظ أن أقل قيمة لحجم قوة التأثير (إيتا²) تقدر بـــ(٠,٦٦) في البعد الخاص بالنشاط المهني وتعلل الباحثة ذلك بأن هذا البعد يتضمن بعض البنود التي لا تتوافق مع معايير المرحلة السنية والعقلية كالعناية بأدوات العمل – الاتقان الكامل – الالتزام بالمواعيد.

مما سبق يمكن استخلاص أن برنامج التربية الحركية المقترح قد أثر تأثيراً إيجابياً في رفع مستوي كفاءة السلوك النمائي (الجزء الأول من السلوك التوافقي) للأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم وهذا التأثير الإيجابي للبرنامج يعتبر ذو حجم تأثير قوي يمكن الاعتماد عليه في تطوير أداء الأطفال المعاقين ذهنياً في المجموعة قيد البحث، وبهذا يمكن أن يقال أنه قد تحققت صحة هذه الجزئية من الفرض الثاني والذي ينص علي أنه توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً والقابلين للتعلم في كل من القياس القبلي والقياس البعدي والكفاءة النفسية والاجتماعية في اتجاه القياس البعدي.

وبمقارنة قيم قوة التأثير (إيتا²) الناتجة بالدرجات والتي تحدد دلالة قوة التأثير المدونة بذات الجدول، نجد أن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير قوي أدي إلي انخفاض ملحوظ في مستوي السلوك الخاص بالانحرافات السلوكية للأطفال المعاقين ذهنياً بعد ذلك كما نجد أن أعلي قيمة لقوة تأثير البرنامج تقدر بـــ(٠,٧٨) وتخص البعد الخاص بالسلوك الاجتماعي غير المناسب. وتري الباحثة أن هذا الارتفاع في قيمة حجم تأثير البرنامج علي البعد الخاص بالسلوك الاجتماعي غير المناسب جاء منطقياً في ضوء التأثير الإيجابي والمباشر لمحتوي برنامج التربية الحركية المقترح الذي طبق علي الأطفال قيد البحث والذي أدي بدوره إلي تفريغ الطاقات المسببة في السلوك غير مناسب إلي أنشطة مفيدة بدلاً من تفريغها في أنشطة سلبية غير مناسبة وتليها القيمة التي تقدر بـــ(٠,٦٨) وتخص البعد الخاص بالسلوك المتمرد وتفسر الباحثة هذا إلي احتواء البرنامج المقترح علي

أنشطة تحث علي التفاعل الاجتماعي والتعاون مع الزملاء، مما ساعد الأطفال علي التكيف والانصياع للتعليمات.

- يتضح من النتائج المدونة بجدول (١٥) الخاصة بمدي تأثير برنامج التربية الحركية المقترح في خفض مستوي السلوك الخاص بالانحرافات السلوكية (الجزء الثاني من مقياس السلوك التوافقي) وحجم قوة التأثير اتضح بعد تطبيق البرنامج المقترح خفض مستوي السلوك الخاص بالانحرافات السلوكية للمجموعة التجريبية في اتجاه القياس البعدي عنه في القياس القبلي وفقاً لمعادلة قوة التأثير (إيتا^{٢}) فتقدر بـ(٠,٦٠) بالنسبة للبعد الخاص بالعنف والسلوك التدميري وبلغ (٠,٦٧) بالنسبة للسلوك الغير اجتماعي وبلغ (٠,٦٨) بالنسبة للسلوك المتمرد وبلغ (٠,٦٢) بالنسبة للسلوك غير المؤتمن وبلغ (٠,٦١) بالنسبة لسلوك الانسحاب، كما قدر بـ(٠,٥٩) للسلوك النمطي والتصرفات الشاذة و(٠,٧٨) في السلوك الاجتماعي غير المناسب وقدر بـ(٠,٥٩) في العادات الصوتية غير المقبولة وبلغ (٠,٣٧) في العادات السلوكية الغريبة غير المقبولة، كما بلغ (٠,٣٢) في سلوك إيذاء الذات و(٠,٦٣) في سلوك الميل للنشاط الزائد و(٠,٨٨) في سلوك الاضطرابات النفسية وبلغ (٠,٣١) في استخدام العلاج (العقاقير).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة نجدة لطفي (٢٠٠٢م) حيث كان من أهم نتائجها انخفاض معدل السلوك المتمرد المضاد للمجتمع بعد ممارسة الأطفال المعاقين ذهنياً للبرنامج المقترح (٩٤).

كما كان أقل قيمة في قوة التأثير تقدر بـ(٠,٣١) والخاصة ببعد استخدام العقاقير، وترجع الباحثة هذا إلي ضعف الوعي لدي أولياء الأمور، وكذا المستوي الاجتماعي والمادي لدي تلك الأسر.

مما سبق يمكن استخلاص أن برنامج التربية الحركية المقترح قد ساهم بقوة في خفض مستوي الانحرافات السلوكية (الجزء الثاني من مقياس السلوك التوافقي)، وهذا التأثير الإيجابي للبرنامج يمكن الاعتماد عليه في

تطوير ورفع كفاءة مستوي أداء الأطفال المعاقين ذهنياً في المجموعة التجريبية قيد البحث، وبهذا يكون قد تحقق هذا الفرض والذي ينص علي (توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي و القياس البعدى للكفاءة النفسية والاجتماعية في اتجاه القياس البعدي) .

الفصل الخامس

أولاً: النتـــــائج

ثانياً: التوصيـــات

أولاً: النتـــــائج

في ضوء أهداف البحث وفروضه وفي حدود طبيعة العينة والمنهج المستخدم والمعالجات الإحصائية وفي ضوء نتائج البحث الحالي توصلت الباحثة إلي الاستخلاصات التالية:

١- إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي علي تنمية الكفاءة الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعلم وذلك بمقياس اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية.

٢- إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي علي تنمية السلوك النمائي للأطفال المعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعلم وذلك بمقياس السلوك التوافقي (الجزء الأول).

٣- إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي علي خفض مستوي الانحرافات السلوكية للأطفال المعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعلم وذلك بمقياس السلوك التوافقي (الجزء الثاني).

٤- إن برنامج التربية الحركية المقترح له تأثير إيجابي علي تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية للأطفال المعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعلم.

ثانياً: التوصيات:

في حدود نتائج البحث وانطلاقاً من الاستخلاصات التي تم التوصل إليها توصي الباحثة بما يلي:

١- وضع برنامج التربية الحركية المقترح في الاعتبار عند تصميم المناهج في مدارس ومؤسسات المعاقين ذهنياً لما أظهره البرنامج من تنمية الكفاءة الحركية وكذلك الكفاءة النفسية والاجتماعية.

٢- إجراء دراسة مماثلة للأطفال المعاقين ذهنياً بالمناطق التعليمية المختلفة لتعضيد البحث الحالي وتطويره.

٣- الاهتمام بوضع البرامج الحركية التي تعمل علي تنمية الأطفال المعاقين ذهنياً من جميع جوانبهم الحركية – النفسية والاجتماعية.
٤- إعادة تخطيط برامج ومناهج التربية الحركية للأطفال المعاقين ذهنياً وفقاً للاتجاهات العلمية والتربوية الحديثة في مجال تعليم وتدريب وتأهيل المعاقين ذهنياً من خلال الاستفادة من نتائج البحث الحالي.
٥- العمل علي إعداد كوادر للعمل مع الفئات الخاصة بإدخال شعبة للتربية الرياضية لذوي الاحتياجات الخاصة ضمن النظام الدراسي المطبق في كليات التربية الرياضية.
٦- عمل دورات تدريبية للقائمين بالعمل في مجال الإعاقة الذهنية للوقوف علي كيفية التعامل معهم وتوفير طرق التدريس المناسبة.
٧- دعم العمل التطوعي في رعاية المعاقين ذهنياً وتفعيل دور الأسرة والمجتمع في رعايتم واستخدام تكنولوجيا التعليم في إثراء الحياة الفكرية لهم.
٨- الاهتمام بالكشف المبكر للإعاقات الذهنية والعمل علي زيادة وعي الأم الحامل وتدريب كوادر طبية لتقديم المشورة الوراثية وإعداد مسح شامل للأجنة داخل الرحم والأطفال حديثي الولادة.
٩- العمل علي وضع جميع الأطفال في مصر تحت الملاحظة الطبية ووضعهم تحت مظلة التأمين الصحي إجبارياً وبلا رسوم.
١٠- ضرورة تصنيف الإعاقات الذهنية كل علي حدة لسهولة التعامل معهم.
١١- زيادة المدة المخصصة لتطبيق البرنامج .

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

ثانياً: المراجع الأجنبية

ثالثا: مصادر شبكة المعلومات الدولية

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية :

١- أحمد السرهيد، فريدة عثمان: الأسس العلمية للتربية الحركية وتطبيقاتها لرياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، دار القلم، الكويت، ١٩٩٠م.

٢- أحمد زكي بدوي: معجم مصطلحات التربية والتعليم، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٨٠م.

٣- ـــــــــــ: معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية، مكتبة لبنان، بيروت، ١٩٩٩م.

٤- أحمد عكاشة: الطب النفسي المعاصر، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٩٢م.

٥- آمال سيد مرسي، مها العطار محمد صلاح الدين: الألعاب الشعبية وتأثيرها علي اللياقة الحركية وخفض حدة الشعور بالوحدة النفسية للأطفال المعاقين ذهنياً، المجلد الثالث لبحوث المؤتمر العلمي الثالث، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، القاهرة، أكتوبر، ٢٠٠٠م.

٦- أمين الخولي، أسامه كامل راتب: التربية الحركية للطفل، دار الفكر العربي، ١٩٩٨م.

٧- أمين الخولي، ومحمود عبد الفتاح عنان: التربية الرياضية المدرسية، دليل معلم الفصل وطالب التربية العملية، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٠م.

٨- بركسان عثمان سليمان: أثر التمرينات البدنية علي تطور النمو العقلي والجسمي للمعوقين فكرياً، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان، ١٩٧٨م.

٩- **حامد عبد السلام زهران:** الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط٢، عالم الكتب، القاهرة، ١٩٩٤م.

١٠- ـــــــــــــــــ: علم نفس النمو " الطفولة والمراهقة " عالم الكتب، ط٥، القاهرة، ١٩٩٠م.

١١- **حسين جلال عثمان:** دور الجمعيات الأهلية في رعاية الطفل المعوق ذهنياً، المؤتمر المصري الثاني للاقتصاد المنزلي، كلية الاقتصاد المنزلي، جامعة المنوفية، ١٩٩٧م.

١٢- **حلمي إبراهيم، ليلي السيد فرحات:** التربية الرياضية والترويح للمعاقين، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٨م.

١٣- **خليل ميخائيل معوض:** القدرات العقلية، ط٢، دار الفكر الجامعي، القاهرة، ١٩٩٤م.

١٤- **دلال علي حسن:** أثر الإيقاع علي تعليم بعض مهارات كرة السلة للمتخلفين عقلياً بمدارس التربية الفكرية بالإسكندرية، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية، العدد ١٣ يوليو، ١٩٩٧م.

١٥- **رانيا صبحي محمد:** تقويم برامج التربية الرياضية بمدارس التربية الفكرية من حيث اللياقة البدنية وبعض القدرات الحركية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.

١٦- **رمضان محمد القذافي:** الصحة النفسية والتوافق، الكتاب الجامعي الحديث، الإسكندرية، ١٩٩٨م.

١٧- **زيدان أحمد السرطاوي، كمال سالم سالم:** المعاقون أكاديمياً، خصائصهم وأساليب تربيتهم، مكتبة الصفحات الذهبية، الرياض، ١٩٩٢م.

١٨- **سحر محمد عبد الله:** تأثير برنامج رياضي مقترح لعلاج تشوه الانحناء الجانبي لدى الأطفال المعاقين ذهنياً، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ١٩٩٧م.

١٩- **سعد جلال، محمد حسن علاوي:** علم النفس التربوي الرياضي، ط٤، دار المعارف، القاهرة، ١٩٧٥م.

٢٠- **سمير نعيم أحمد:** أهل مصر " دراسة في عبقرية البقاء والاستقرار، الجزء الأول، مركز أوفست، المنصورة، ١٩٩٣م.

٢١- **سهير إبراهيم عيد ميهوب:** تنمية بعض المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأطفال المتأخرين عقلياً، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٩٦م.

٢٢- **سهير كامل أحمد:** سيكولوجية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية، ١٩٩٨م.

٢٣- **شوقي جلال:** العولمة والمجتمع المدني، كتاب مترجم، المكتبة الأكاديمية، ١٩٩٩م.

٢٤- **صفوت فرج:** دراسات نفسية (دورية علمية)، رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، يوليو، ١٩٩٢م.

٢٥- ــــــــ: دراسات نفسية (دورية علمية)، رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية (رانم)، يناير، ١٩٩٥م.

٢٦- **صفوت فرج، ناهد رمزي:** مقياس السلوك التوافقي، ط٥، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ٢٠٠١م.

٢٧- **صلاح الدين محمود نظمي:** أثر برنامج رياضي مقترح على الأداء الحركي للأطفال المتخلفين عقلياً، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٨٦م.

٢٨- **صلاح محمد عيسوي نجا:** أثر تطبيق برنامج مقترح للحركات الأساسية لألعاب القوي للأطفال المتخلفين عقلياً علي بعض القدرات الإدراكية الحركية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٢م.

٢٩- **عبد الحميد محمد شاذلي:** الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر، ١٩٩٩م.

٣٠- **عبد الرؤوف محمد القاضي:** تأثير برنامج باستخدام الأدوات المعدلة علي الاتزان للأطفال المعاقين ذهنياً، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ١٩٩٨م.

٣١- **عبد السلام عبد الغفار، هدي برادة:** التعرف علي المتخلفين عقلياً، صحيفة التربية، العدد ١٨، ١٩٩٦م.

٣٢- **عبد العظيم شحاتة مرسي:** التأهيل المهني للمتخلفين عقلياً، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٩١م.

٣٣- **عبد المجيد عبد الرحيم، لطفي بركات:** تربية الطفل المعوق، دراسات نفسية تربوية للأطفال غير العاديين، ط٢، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٧٩م.

٣٤- **عبير عبد الرحمن شوتيه:** برنامج تعبير حركي للمعاقين ذهنياً وتأثيره علي اللياقة البدنية والنشاط الكهربائي لبعض العضلات الهيكلية، رسالة ماجستير عير منشورة كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ١٩٩٦م.

٣٥- **عرفة علي سلامة:** فروق البناء الجسماني بين المتخلفين عقلياً والأسوياء في مرحلة ما قبل المراهقة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ١٩٨٧م.

٣٦- **عزة عبد الفتاح الشيمي:** تأثير استخدام برنامج مقترح للألعاب الصغيرة علي أداء بعض المهارات الهجومية في كرة السلة للمتخلفين عقلياً، بحث

منشور، المجلة العلمية (نظريات وتطبيقات)، كلية التربية الرياضية للبنين، أبو قير، العدد الرابع والعشرون، الإسكندرية، ١٩٩٥م.

٣٧- **عفاف محمد عبد المنعم:** المشتريات السلوكية وبعض نواحي الشخصية لدي الأطفال المتخلفين عقلياً بمدارس التأهيل الفكري، بحوث المؤتمر السنوي الرابع للطفل المصري، المجلد السادس، مركز دراسات الطفولة، جامعة عين شمس، ١٩٩١م.

٣٨- **علاء الدين كفافي:** علم النفس الارتقائي "سيكولوجية الطفولة والمراهقة"، مؤسسة الأصالة، القاهرة، ١٩٩٧م.

٣٩- **عواطف إبراهيم محمد:** التربية الحسية ونشاط الطفل في البيئة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٨٥م.

٤٠- **فؤاد البهي السيد:** الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلي الشيخوخة، دار الفكر العربي، ط٤، ١٩٩٧م.

٤١- **فاروق إبراهيم محمد:** دليل مقياس السلوك التكيفي، ط٢، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، ١٩٨٥م.

٤٢- **فاروق الروسان:** دليل مقياس التكيف الاجتماعي، ط١، دار الفكر، عمان، ١٩٩٨م.

٤٣- **فاروق محمد صادق:** سيكلوجية التخلف العقلي، عمادة شئون المكتبات، جامعة الملك سعود، ١٩٨٢م.

٤٤- **فاطمة عزت وهبة:** تنمية بعض مهارات السلوك اللاتوافقي لدي الأطفال المعوقين ذهنياً، مؤتمر خدمة المعاق في مصر وخاصة المعاق عقلياً المنعقد في القاهرة في مركز سيتي، الفترة من ٢/٢٨ : ٣/١ ، ١٩٩٠م.

٤٥- **فريدة إبراهيم عثمان:** التربية الحركية لمرحلة رياض الأطفال والمرحلة الابتدائية، دار القلم، الكويت، ١٩٨٤م.

٤٦- **فوقية عبد الحميد:** استجابات الإحباط لدي ذوي الإعاقة، دراسة إكلينيكية، مجلة معوقات الطفل، المجلد الثالث، العدد الأول، جامعة الأزهر، ١٩٩٣م.

٤٧- **كمال إبراهيم مرسي:** مرجع في علم التخلف العقليٍ، الكويت، ١٩٩٦م.

٤٨- **كمال دسوقي:** الطب العقلي والفسي، علم الأمراض النفسية التصنيفات والأعراض المزمنة، دار النهضة العربية، بيروت، ١٩٧٤م.

٤٩- **كوثر السعيد الموجي:** تأثير برنامج تربية حركية مقترح علـى تنمية الأداء الحركي والتكيف العام للتلاميذ المتخلفين عقلياً، المؤتمر السنوي الثاني للطفل المصري، جامعة عين شمس، ١٩٨٩م.

٥٠- **كوثر محمود محمد رواش:** التكيف الاجتماعي ومفهوم الذات والعلاقة بينهما لدي الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي من تلاميذ المرحلة الابتدائية، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، بحوث المؤتمر الدولي " الرياضة للجميع في الدول النامية " المجلد الرابع، ١٩٨٥.

٥١- **لطفي أحمد بركات:** المرجع في التربية الفكرية، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، ١٩٧١م.

٥٢- **ماجدة محمد حنفي:** التدخل المهني بطريقة العمل مع الجامعات وتعديل السلوك اللاتوافقي لدي جماعات الأطفال المتخلفين عقلياً، المؤتمر العلمي التاسع، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، ١٣ – ١٥ مارس، ١٩٩٦م.

٥٣- **مايسة أحمد النيال:** استخدام التدعيم في تعديل سلوك المعاقين عقلياً، الأعمال الكاملة لمؤتمر مستقبل خدمة المعاق في مصر وخاصة المعاق عقلياً، كاريتاس مصر، مركز سيتي للتدريب والدراسات في الإعاقة العقلية، القاهرة، ١٩٩٠م.

٥٤- **محروس علي، وفاء محمد:** دراسة تأثير برنامج مقترح لتعليم بعض المهارات الأساسية في سلاح الشيش علـى القدرات العقلية

للمتخلفين عقلياً القابلين للتعلم، المرحلة السنية من ٩ – ١٢ سنة، المجلة العليمة للتنمية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، يناير ١٩٩٢م.

٥٥- **محمد إبراهيم عبد الحميد:** تعليم الأنشطة والمهارات لدي الأطفال المعاقين عقلياً، دار الكتاب الحديث، الكويت، ١٩٩٩م.

٥٦- **محمد أبو العلا أحمد:** علم النفس، مكتبة عين شمس، القاهرة، ١٩٧٨م.

٥٧- **محمد كامل عفيفي عمر:** التربية البدنية للمعوقين (بين النظرية والتطبيق)، كلية المعلمين، جازان، ١٩٩٦م.

٥٨- **محمود إبراهيم عطوة:** تكافؤ الفرص التعليمية بين الأطفال المعوقين والأطفال العاديين بالحلقة الأولي من التعليم الأساسي، المؤتمر الثاني للطفل المصري، ٢٥-٢٨ مارس، ١٩٨٩م.

٥٩- **مختار حمزة:** سيكلوجية المرضي وذوي العاهات، مكتبة الخانجي، القاهرة، ١٩٧٩م.

٦٠- ـــــــــــــ: الإحصاء التطبيقي في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩م.

٦١- **مصطفي حسين باهي:** المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق "الثبات – الصدق – الموضوعية – المعايير"، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٩م.

٦٢- **مكارم حلمي محمد أبو هرجة:** أثر استخدام جمباز الموانع في جزء الإعداد البدني بدرس التربية الرياضية علي تنمية القدرات الإدراكية الحركية ومفهوم الذات للمتخلفين عقلياً، مجلد بحوث التربية الرياضية، المجلد الثامن، العددين ١٥ ، ١٦، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، ١٩٩٠م.

٦٣- **ممدوح الكناني وآخرون:** المدخل في علم النفس، مكتبة الفلاح، الكويت، ١٩٩٤م.

٦٤- **مني أحمد الأزهري، مصطفي حسين باهي:** أصول البحث العلمي في البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية والرياضية، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠١م.

٦٥- **مواهب إبراهيم عياد وآخرون:** المرشد في تدريب المتخلفين عقلياً على السلوك الاستقلالي في المهارات المنزلية، منشأة المعارف، الإسكندرية، ١٩٩٥م.

٦٦- **ميرفت محمود صادق عبد المنعم:** برنامج مقدم لتعليم السباحة للأطفال المعوقين عقلياً في متلازمة داون، جامعة الكويت، ١٩٩٩م.

٦٧- **نادر فهمي الزيود:** تعلم الأطفال المتخلفين عقلياً، ط٣، دار الفكر العربي، عمان، الأردن، ١٩٩٥م.

٦٨- **نادية محمد عبد القادر:** تأثير برنامج جمباز موانع خاص علي تنمية الذكاء وبعض القدرات الحركية لدي المتخلفين عقلياً، نظريات وتطبيقات، كلية التربية الرياضية للبنين، العدد الرابع، جامعة الإسكندرية، ١٩٨٨م.

٦٩- **نجدة لطفي أحمد حسن:** فاعلية برنامج للتمرينات علي بعض القدرات الحسحركية والسلوك التوافقي للأطفال المعاقين ذهنياً وأقرانهم بمدارس الأسوياء، رسالة دكتوراه غير مشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٢م.

٧٠- **نرفانا نصر الدين أحمد:** وضع مستويات معيارية لأداء المهارات الأساسية الهجومية في كرة السلة لدي اللاعبين المعاقين ذهنياً، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ١٩٩٩م.

٧١- **نوال إبراهيم شلتوت:** أثر استخدام بعض الوسائل التعليمية لتحسين القدرات البدنية للتلاميذ المتخلفين عقلياً، المؤتمر العلمي الثاني، تطور علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة المنيا، ١٩٨٧م.

٧٢- **نورمان جرونلند:** الأهداف التعليمية – تحديـــدها الســـلوكي وتطبيقاتهـــا، ترجمة احمد خيري كاظم، دار النهضة، القاهرة، بدون تاريخ.

٧٣- **هالة كمال مندور:** التمركز حول الذات لدي الطفل المتخلـــف عقليـــاً، رسالة ماجستير غير منشورة، كليـــة الآداب، جامعـــة عـــين شمس، ١٩٩١م.

٧٤- **هاني الريضي، وليد مارديني:** دراسة لبعض أساليب تطـــوير الفـــرد المعاق تعليمياً ورياضياً واجتماعياً، دراسة ميدانيـــة، المجلـــة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كليـــة التربيـــة الرياضـــية للبنات، جامعة الإسكندرية، العدد السادس، يناير ١٩٩٤م.

٧٥- **هشام السيد محمد عمر:** تطوير الحركات الأساسية المرتبطة بالجمباز باستخدام المصاحبة الإيقاعية وأثره علـــي التـــذكر الحركـــي للمتخلفين عقلياً، رسالة دكتوراه غير منشورة، كليـــة التربيـــة الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ١٩٩٨م.

٧٦- **يسر محمد عبد الغني:** تأثير برنامج علاجي حركي علي بعض القـــدرات الحركية والانحرافات القوامية للمتخلفين عقلياً القـــابلين للـــتعلم، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعـــة طنطا، ٢٠٠١م.

ثانيا: المصادر الأجنبية:

77- **Abbeduto, L. et al:** *Identifying the Referents of Spoken Message Use of Contest and Clarification Requests by Children with and without mental Retardation*, American Journal Mental Retardation, Vol. 96, No. 5, 1991.

78- **American Medical Association of Mental Retardation and Book for the Primary Physician:** *Journal of the American Medical Association*, 1965.

79- **American Psychatric Association:** *Mental Retardation Diagnostic and Statistical Manual of Mental*

Disorders, 4th., ed., Published by the, Washington, D. C, 1994.

80- **Auxter, David; Pyfer, Jean & Huetting, Carol:** *Principles and Methods of Adapted Physical Education and Recreation,* 7th, ed., Mosby-Year Book, Inc, Louis, Missouri, 1993.

81- **Castango, K.S.,:** *A Study of the Effects of After School Physical Education Program on the Self Concept of Middle School EMR Students,* Dissertation Abstracts International, 12, 4289-A, 1992.

82- **Chess, S. and Garden's.,:** *Psychosocial Development and Human Variance in Gordon,* E. W. a Review of Research Development and Human.

83- **Chureher, B.,:** *"Physical Education for teaching",* in pressing, George Aller and Vnwin, LTD, 3rd edition, London, 1974.

84- **Davor, Vector P.,:** *"Dynamic Physical Education for Elementary School Children",* Burgress Publishing Co., 4th Edition, USA, 1971.

85- **Dean C.F.,:** *Effect of Physical Education on Fitness and Motor Development of Trainable Mentally Retarded Children,* Durably of the Atlper, Vol. 42, 1971.

86- **Drew, C.J., & Others:** *Mental Retardation,* ,4th., Education., Merrill, Macmillan Publishing Company, New York, 1990.

87- **Eichstadt, Carl B. & Lavay, Barry. W:** *Physical Activity for Individuals with Mental Retardation, Infancy through Adulthood,* Champaign, Illinois, Human Kinetics Books, 1992.

88- **Futten, D.L.,:** _Effects of Supplementary Perceptual Motor Program on Trainable Mentally Retarded Children,_ L.D.A., Vol. W1, 1981.

89- **Gadow, K. D. and Pameroy, J. C.:** _A Controlled Case Study of Methylphenidate and Fen Fluranmine in A young Mentally Retarded Hyperactive Child._ Journal of Developmental Disabilities, Wl. G, No. 4, 1990.

90- **Gearheart, B. R., Weishahn, M. W. and Gearheart, C. J.:** _The Exceptional Student in the Regular Classroom,_ New York, Maxweed. Macmillan Publishers Company, 1992.

91- **Gludys A:** _Assessment of Loneliness at School Among Children with Mild Mental Retardation,_ American Journal of Mental Retardation, Vol 96, No. 4., 1992.

92- **Grossman, H. J. (Ed.),** _Manual on Terminology and Classification in Mental Retardation,_ American Journal of Mental Deficiency, Special Publication Seines, No. 2. 1973.

93- **Gullahue, David.,:** _Rndrstanding Motor Development in Children,_ John Wickly & Sons, New York, 1982.

94- **Hasely E.E., Porten,:** _Movement Explorations in Select Reading in Movement Education,_ Man, Addision Mestey Public Co., 1978.

95- **Jansme, P. and Cambs, C.,:** _The Effects of Fitness Training and Rein Forcement on Maladeptive Behaviors of Institution Alized Adult Classified as Mentally Retarded,_ Emotionally Pisturbed of Edu., and Tain. In Mental Rctardation, Vol. 22, 1982.

96- **Johames at el.,:** *Emotioal Specifity in Mental Retardation,* American Journal of Mental Retardation, Vol. 22, No.5, 1995.

97- **John Dunn & Hollis Fait:** *Special Physical Education, Adapte Individualized, Developmental,* 6th, Education., Brown, Publishers, Dubuque, Lowa, 1989, P. 303

98- **Jonsma, P & French, R.,:** Special *Physical Education Physical Activity, Sports and Recreation,* Dayton, NJ, Prentic-Hall, Inc., 1994.

99- **Katherine, Riggen, J.,:** *Sport Program Effect on Participants with Mental Retardation* (Special Olympics) Dissertation Abstracts International (A) 54, 1993.

100- **Kephart, N. Week.,:** *"The slow Learner in classroom" Col. Publishing Merrill,* 1978.

101- **Psbonkoff, J.,:** *Mental Retardation,* In (Nelson Textbook of Pediatrics), 12th., ed., W.B. Saunders Company, 1996.

102- **Rimmer, J.H.,:** *Fitness and Rehabilitation Programs for Speical Populations,* WCB, Brown and Benchmark, 1994.

103- **Robert M, Smith:** *Intrroduction to Mental Retardation,* New York, M.C. Grow Hill Book Company, 1971.

104- **Sattler, J. M.,:** *Assessment of Children,* 3rd, ed, San Diego, Jerone M. Sattler, Publisher, Inc. 1991.

105- **Sherman, J. A.,:** *Facial Plactic Surgery for Persons with Down Sundroom, What are Results and Whose Interests,* Prevail, American of Mental Retardation, Vol. 9W (2), 1991.

106- **Smith, D. D. Btyler, N. D. & Melean, Z. Y. Introduction to Special Education:** *Technique in an age of Challenge,* 3rd, Education., Boston, MA, Allyn and Balan, 1998.

107- **Tayler, R. L., and Sternbrg, L.E.,:** *Exptional Children,* New York, Spring Verlog, 1989.

108- **Wang C.H.,:** *Genetic Disease of the Central Nervous System,* the Menitt's Textbook of Neurology, 9th,. Ed., Edited by Rowland, 1995.

ثالثا: مصادر شبكة المعلومات الدولية :

109- http://aamr allenpress.com/aamronline/abstracts
110- http://aamr allenpress.com/aamronline/archive.
111- http://arc.org.tw/vlib_e.htm
112- http://www. Educlime.com
113- http://ericae.net/scripts/trev.htm
114- http://human kinetics.com/product/journals
115- http://www.uab.edu/cogdev/mentreta.htm.
116- http://unstats.un.org/unsd/disability/disform
117- http://www.who.int/multimedia/whr2001/audio.htm

قائمة المرفقـــــــات

المرفق	العنـــــــــــوان
١	أختبار الذكاء " جود إنف هاريس " "Good Enough Hariss" .
٢	أختبار اللياقة الحكرية والصحية والتربية لمتوسطي الإعاقة الذهنية . للجمعية الأمريكية البدنية والترويح .
٣	مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية .
٤	خطابات إدارية .
٥	أسماء السادة الخبراء .
٦	أستمارة أستطلاع رأي الخبراء .
٧	أستمارة تفريغ البيانات .
٨	محتوي برنامج التربية الحركية المقترح .
٩	نموذج للدرس الأول من الوحدات التدريبية الأولي .
١٠	نماذج مصورة لبعض أنشطة البرنامج .

مرفق ١

أختبار الذكاء (جود إنف / هاريس)

Good Enough / Harris

مرفق رقم ١١ - اختبار الذكاء لجود إنف

اختبار جود إنف Good Enough للذكاء

طبيعة الاختبار :

نشرت فلورنس جود انف هذا الاختبار عام ١٩٣٦ وهو اختبار غير لفظي لقياس الذكاء ، يمتاز ببساطة إجراءه ، اذ لا يتطلب من المفحوص أكثر من أن يكون معه قلم وورقة بيضاء ، ثم يطلب منه رسم رجل على الورقة ، ولا يعطى أي إرشادات ، وهذا الرسم لا يستغرق أكثر من ١٠ دقائق وفي عام ١٩٦١ روجع الاختبار وأعيد نشرة باسم اختبار (هاريس وجود انف للنضج السيكولوجي)

Harris - Good Enough test of psychological Maturity

ولقد قام محمد حسن علاوي بتعريب الاختبار وتقنينه على أطفال من البيئة لمصرية وكان معامل الصدق (٠.٧٦) وبلغت معاملات الثبات ما بين (٠.٨٦ : ٠.٩٤)

فئات التطبيق :

يصلح الاختبار للأعمال فيما بين ٣.٥ سنة إلي ١٣.٥ سنة ، ولكن نتائجه تكون أكثر دقة في الفترة ما بين ٤ و ١٠ سنوات

فائدته :

يفيد في الوصول إلى فكرة سريعة عن ذكاء التلاميذ بالمدارس وكذلك في الوصول إلى اكتشاف ضعاف العقول ، على أن يؤيد نتائج اختبارات أخرى .

التصحيح والمعايير :

يصحح على أساس عدد النقاط المنفصلة التي تظهر في الرسم ، والتي حددتها جود انف Good Enough في ٤٨ نقطة كما يلي :

البيان	م	البيان	م
إذا كان عدد الأصابع صحيحا	٢٤	وجود الرأس	١
إذا كانت تفاصيل الأصابع واضحة	٢٥	وجود الساقين	٢
إذا كان الإبهام متميز عن الأصابع	٢٦	وجود الذراعين	٣
إذا كانت راحة اليد متميزة	٢٧	وجود الجذع	.
ظهور مفصل الكوع	٢٨	إذا كان طول الجذع أطول من عرضه	٥
تناسب حجم الرأس مع الجسم	٣٠	ظهور الكتفين بوضوح	٦
تناسب الذراعين مع الجذع	٣١	اتصال الذراعين والساقين	٧
تناسب طول الساقين	٣٢	إذا كان اتصال الذراعين والساقين بالجذع في الأماكن الصحيحة	٨
تناسب حجم القدمين	٣٣	وجود الرقبة	٩
ظهور كعب القدم	٣٤	تتمشى خطوط الرقبة مع الرأس	١٠
وجود الساقين والذراعين	٣٥	وجود إحدى العينين أو كليهما	١١
التوافق الحركي في خطوط الرسم	٣٦	وجود الأنف	
ظهور الحركة في خطوط الرسم في نوع من التحدد	٣٧	وجود الفم	١٢
		وجود الأنف والفم والمبسم	١٣
وضوح خطوط الرأس وتوافق	٣٨	وجود فتحتي الأنف	١٤
حدودها مع الرقبة		وجود الشعر	١٥
التوافق الحركي للجذع	٣٩	وضوح حدود الشعر حول الرأس والوجه	١٦
وضوح تقاطيع الوجه في أماكنها الصحيحة	٤١	وجود الملابس	١٨
وجود الأذن	٤٢	وجود قطعتين من الملابس	١٩
إذا كانت الأذن في المكان الصحيح	٤٣	تغطية الملابس للجسم	٢٠
وجود الحاجب والرموش	٤٤	ظهور تفاصيل الملابس	٢١
ظهور الذقن والجبهة	٤٧	إذا كانت الملابس كاملة تماما	٢٢
بروز الذقن ...... تفاصيلها	٤٨	وجود الأصابع	٢٣

أ- ويعطى الفرد درجة عن كل نقطة من النقاط السابقة .

ب- ولحساب نتيجة هذا الاختبار يكتب المختبر عدد الدرجات التي يحصل عليها الفرد في الرسم .

حـ- يمكن معرفة العمر العقلي طبقا للمعايير التالية :

المعيار :

الدرجة	العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي		الدرجة	العمر العقلي	
	شهر	سنة		شهر	سنة		شهر	سنة		شهر	سنة
١	٣	٣	١١	٩	٥	٢١	٣	٨	٣١	٩	١٠
٢	٦	٣	١٢	–	٦	٢٢	٦	٨	٣٢	–	١١
٣	٩	٣	١٣	٣	٦	٢٣	٩	٨	٣٣	٣	١١
٤	–	٤	١٤	٦	٦	٢٤	–	٩	٣٤	٦	١١
٥	٣	٤	١٥	٩	٦	٢٥	٣	٩	٣٥	٩	١١
–	٦	٤	١٦	–	٧	٢٦	٦	٩	٣٦	–	١٢
٧	٩	٤	١٧	٣	٧	٢٧	٩	٩	٣٧	٣	١٢
٨	–	٥	١٨	٦	٧	٢٨	–	١٠	٣٨	٦	١٢
٩	٣	٥	١٩	٩	٧	٢٩	٣	١٠	٣٩	٩	١٢
١٠	٦	٥	٢٠	–	٧	٣٠	٦	١٠	٤٠	فما فوق	١٣

- تحتسب نسبة الذكاء طبقا للمعادلة الآتية :

$$\text{نسبة الذكاء} = \frac{\text{العمر العقلي} \times ١٠٠}{\text{العمر الزمني}}$$

تعليمات اختبار جودإنف Good Enough للذكاء

- كل فرد معه قلم رصاص وورقة بيضاء ويلاحظ عدم استعمال الممحاة .
- تكتب بيانات كل مفحوص أعلي الورقة البيضاء وهي :

اسم المدرسة والصف واسم المفحوص واسم الوالد وصفاته والعمر بالشهر والسنة . (وفي حالة الأطفال الصغار يقوم الباحث بهذا الإجراء)

- يطلب الباحث من المفحوصين رسم رجل علي أفضل نحو يستطيعوه ، مع تشجيعهم ومنع أي محاولة للغش من الزملاء .
- في حالات الأطفال الصغار قد لا يستطيع الباحث تفسير الرسم ، ويمكن أن يطلب من الطفل إيضاح أجزاء الرسم الذي رسمه ويدون ذلك علي الرسم نفسه .

مرفق (٢)

اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الامريكية للصحة و التربية البدنية و الترويح

١- التعلق ثنى الذراعين : Flexed Arm Hang

الهدف منه : قياس التحمل العضلي للذراعين و الرباط الكتفي .

الأدوات : عارضة معدنية أو خشبية ،قطرها (١,٥) بوصة ، ساعة إيقاف .

وصف الأداء : يجب أن تكون العارضة مرتفعة للدرجة التي تسمح بتعلق أطول التلاميذ و الذراعين والرجلين بكامل امتدادها بعيدا عن الأرض . يمسك التلميذ العارضة وراحة اليد مواجهة للأمام ، يقوم المساعد برفع التلميذ لوضع التعلق ثنى الذراعين حتى تصل الذقن في نفس مستوى أو فوق العارضة ، الجسم مرفوعاً عن الأرض وعلى استقامة واحدة ، يظل التلميذ في هذا الوضع لأطول فترة ممكنة .

قواعد تنفيذ الاختبار

١- يبدأ حساب الزمن فور اتخاذ التلميذ وضع التعلق ثنى الذراعين .

٢- يتوقف حساب الزمن في الحالات التالية :

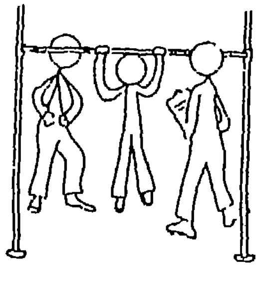
- عند لمس الذقن للعارضة .
- عند هبوط الرأس للخلف للاحتفاظ بالذقن أعلى العارضة .
- عند الهبوط بالذقن لأسفل مستوى العارضة .

٣- لا يسمح بمرجحة الجسم أو ثنى الركبتين .

٤- يسمح بمحاولة واحدة فقط .

التسجيل واحتساب النتائج

يسجل الزمن الذي يستطيع منه التلميذ التعلق في الوضع السليم . ويسجل لأقرب ١٠/١ ثانية .



٢- الجلوس من الرقود خلال ٣٠ ث Situps in Thirty Seconds

الهدف منه : قياس التحمل العضلي للبطن .

الأدوات :بساط للرقود ، ساعة إيقاف .

وصف الأداء : يتخذ التلميذ وضع الرقود على الظهر ثنى الركبتين بحيث تكـون الركبتان متلاصقتين ، والمسافة بين الساقين والفخذين ٩٠° ، القدمـــان علـى البساط ويقوم التلميذ بتشبيك أصابع اليد خلف الرقبة . عند إعطاء إشارة البـدء يقوم التلميذ بالجلوس بحيث يلمس بالتبادل الركبة اليمنـــى بـالمرفق الأيسـر والركبة اليسرى بالمرفق الأيمن ، يستمر التلميذ في تكـرار الأداء أكـبر عـدد ممكن من المرات في الثلاثون ثانية .

قواعد تنفيذ الاختبار

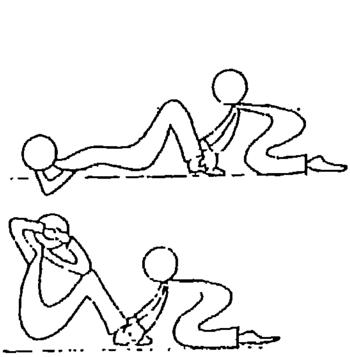
١- لا تحتسب مرة الجلوس إذا :

- لم يبدأ التلميذ الأداء وجسمه بالكامل في الوضع الصحيح وملاصـق للبساط .
- لم يلمس بالمرفق الركبة العكسية .
- لم تظل الأصابع مشبكة خلف الرقبة .

٢- يسمح بمحاولة واحدة فقط .

التسجيل واحتساب النتائج

عدد المرات الصحيحة التي يلمس فيها التلميذ بالمرفق الركبة العكسـية خـلال الثلاثون ثانية .



٣- الوثب العريض من الثبات Standing Long Jump

الهدف منه : قياس القدرة العضلية للرجلين .

الأدوات : مساحة من الأرض المفتوحة أو حفرة وثب - شريط قياس .

وصف الأداء : يحدد خط البداية على الأرض ، كما يخطط مكان الوثب بخطوط متوازية يدل كل خط منها على المسافة بينه وبين خط الارتقاء ، تقسم المسافة بين الخطوط بالأمتار ، يقف التلميذ خلف خط البداية وأصابع القدمين ملامسة لهذا الخط و متباعدة عن بعضها قليلاً ويقوم التلميذ بمرجحة الذراعين للخلف كاستعداد للوثب ويصاحب ذلك ثني الركبتين قليلاً ، لكل تلميذ ثلاث محاولات .

قواعد تنفيذ الاختبار

١- يجب أن تترك القدمين الأرض في وقت واحد .

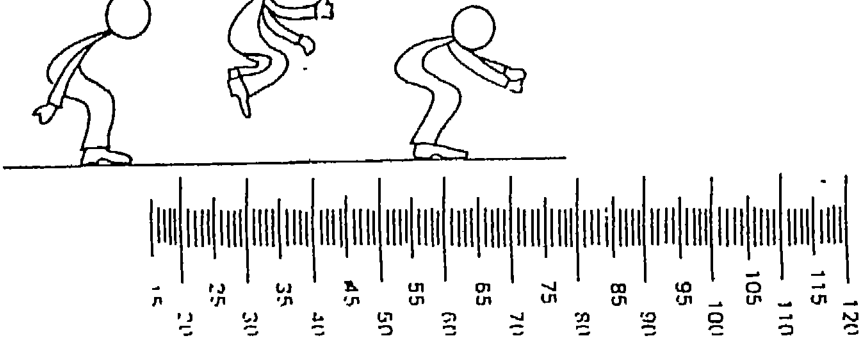
٢- يجب أن يكون الهبوط بالقدمين على الأرض في وقت واحد .

٣- يتم القياس من خط البداية إلى أقرب علامة للقدم القريبة من خط البدء بعد الهبوط .

٤- لا تحتسب محاولة المرة التي يحرك فيها التلميذ قدميه قبل الوثب .

التسجيل واحتساب النتائج

تسجل أفضل مسافة في المحاولات الثلاث بالسنتيمترات .



٤- رمي كرة ناعمة لمسافة Softball Throw For Distance

الهدف منه : قياس القدرة العضلية للذراعين .

الأدوات : مساحة من الأرض مفتوحة لا يقل طولها عن ١٥ متر ، ثلاث كرات تنس ، شريط قياس .

وصف الأداء : يؤدى هذا الاختبار على أي مساحة مناسبة من الأرض ، يرسم خطين متوازيين يبعدان عن بعضهما ١٨٠ سم يمثلان منطقة الاستعداد ويسمح للتلميذ برمي الكرة من خلال هذه المنطقة ، ويحدد مكان هبوط الكرة بوضع علامة ، وإذا كانت الرمية الثانية أو الثالثة أبعد يتم تحريك العلامة تبعا لذلك .

قواعد تنفيذ الاختبار

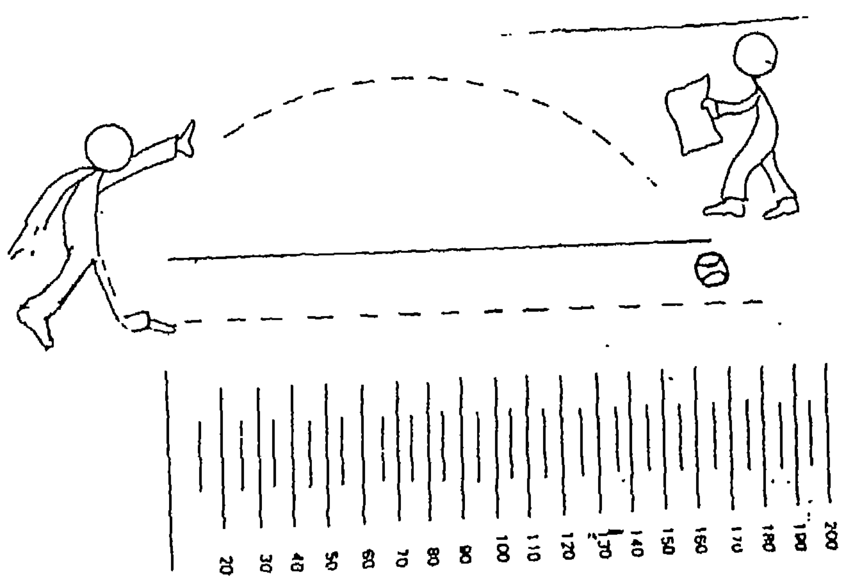
١- تحتسب المحاولة التي يكون فيها الرمي واليد لأعلى .

٢- يتخذ التلميذ أي مكان من المنطقة المحددة للبدء .

٣- يسمح بثلاث محاولات فقط .

التسجيل واحتساب النتائج .

تسجل أفضل مسافة في المحاولات الثلاث محسوبة من خط البداية لنقطة هبوط الكرة ، وتسجل لأقرب (سم) .



٥- ٤٥ م عدو 50 - Yard Dash

الهدف منه : قياس السرعة .

الأدوات : المسافة المحددة للجري ويكون سطحها صلب ، ساعة إيقاف .

وصف الأداء : من الأفضل أن يتم تنفيذ هذا الاختبار بحيث يجرى في كل مرة تلميذان على الأقل . يقف التلميذ خلف خط البدء متخذاً وضع الاستعداد البدء العالي ،عند إعطاء إشارة البدء يجرى التلميذ بأقصى سرعة ممكنة حتى خط النهاية .

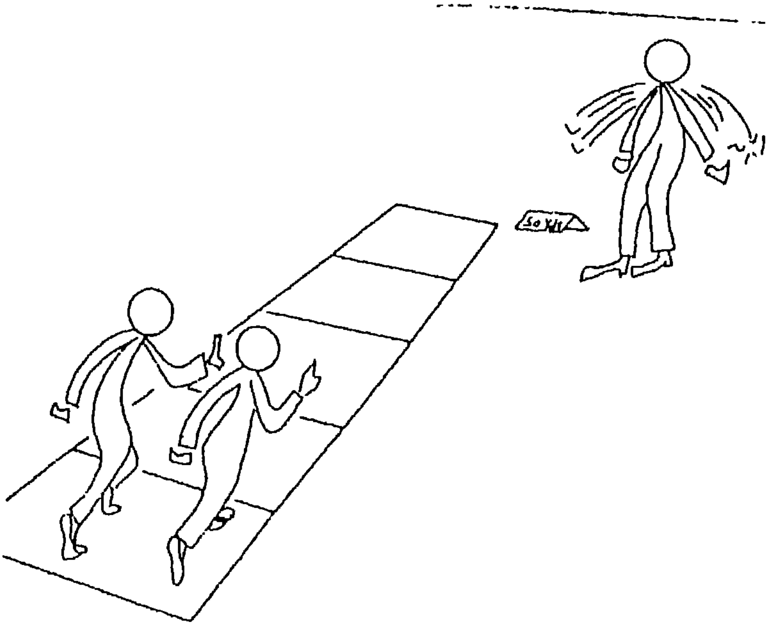
قواعد تنفيذ الاختبار

١- يسجل الزمن المنقضي بين انطلاقه في الجري وعبوره خط النهاية .

٢- يسمح بمحاولة واحدة فقط .

التسجيل واحتساب النتائج

يسجل الزمن لأقرب ١٠/١ من الثانية .



٦- ٢٧٠م جرى و مشى 300 Yard Run - Walk

الهدف منه : قياس التحمل الدوري التنفسي .

الأدوات : مضمار أو مساحة من الأرض ، ساعة إيقاف .

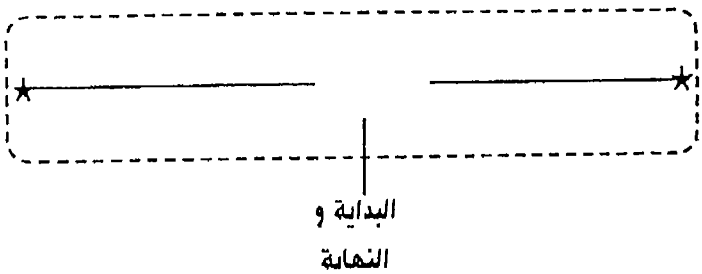
وصف الأداء : يجرى كل خمسة أو عشرة تلاميذ في نفس الوقت ، يقف التلاميذ خلف خط البداية وعند سماع إشارة البدء يجري التلاميذ في المساحة المحددة .

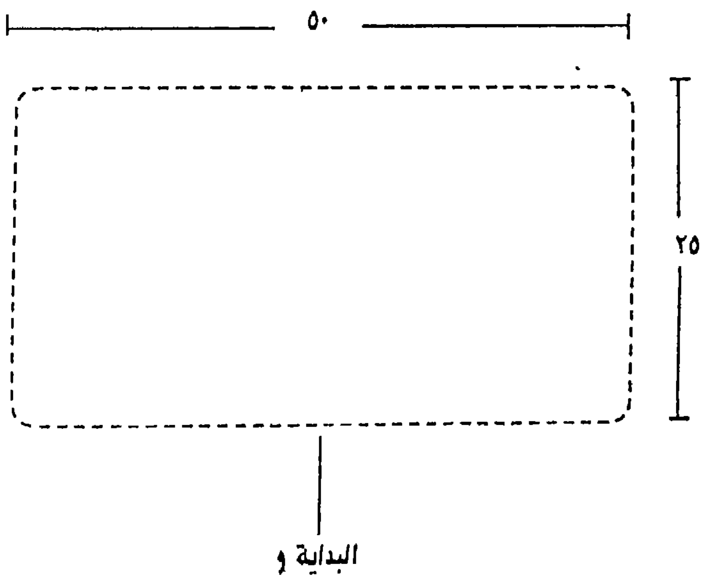
قواعد تنفيذ الاختبار

يسمح للتلميذ بالمشي في حالة التعب على ان يبذل أقصي جهد لإتمام السباق

التسجيل واحتساب النتائج

يسجل الزمن المنقضي بالثانية .





ب/٧

٧- الجلوس الطويل والوصول Sitting Bob and Reach

الهدف منه : قياس المرونة .

الأدوات : صندوق خشبى مثبتا عليه مسطرة مدرجة طولها ٣٠سم من منتصفها بحيث يكون صفر التدريج عند الحافة المقابلة للتلميذ ، والتدريج ± ، بحيث تكون الدرجات الموجبة في الجزء أعلى الصندوق و السالبة في الاتجاه المقابل للتلميذ .

وصف الأداء : يتخذ التلميذ وضع الجلوس الطويل مع استقامة الظهر واليدين ، ويحاول مد الذراعين أماماً على استقامتهما وثنى الجذع للأمام وللوصول الى أبعد مدى ممكن .

قواعد تنفيذ الاختبار

١- يجب أن تكون الذراعين على كامل امتدادهما .

٢- يمكن ألا يلمس التلميذ الجهاز باليدين .

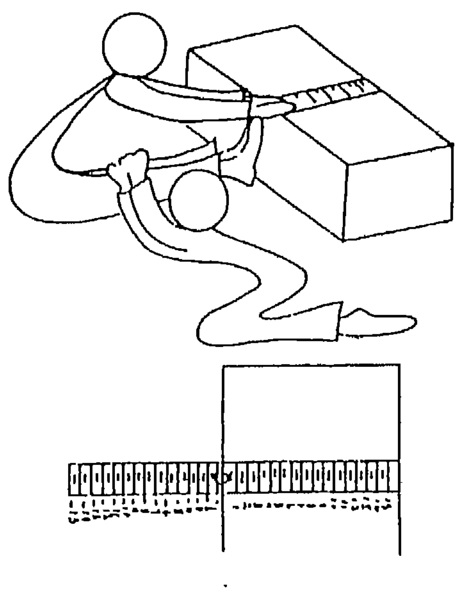
٣- يجب الاحتفاظ في وضع مد الذراعين لمدة ثلاث ثوانى .

٤- يمكن أن يقوم التلميذ بالإحماء قبل اداء الاختبار ،

٥- يسمح بمحاولة واحدة فقط ،

التسجيل واحتساب النتائج

تسجل المسافة لأقرب لصف سم ،



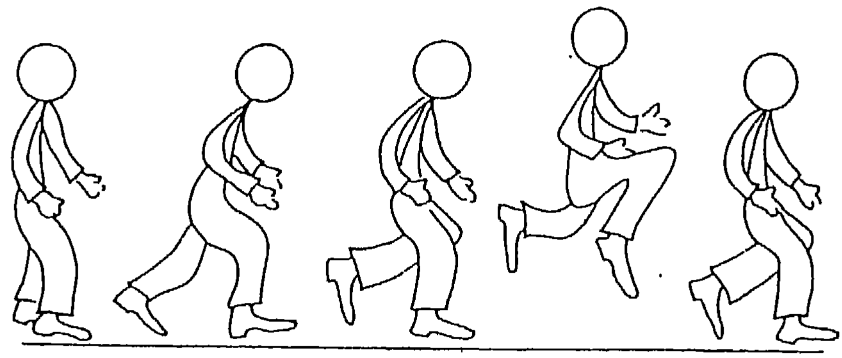
- ٢/١٢٥ -

٩- الحجل Skipping

الهدف منه : قياس الحجل وهو أحد المهارات الحركية الأساسية .
الأدوات : مساحة صغيرة من أرض مفتوحة .

وصف الأداء : يضم الحجل خطوة ثم وثبة على نفس القدم ثم يكرر ذلك بالقدم الأخرى ، ويجب أن يؤدى التلميذ ثلاث حجلات متتالية على الأقل .
قواعد تنفيذ الاختبار : لكل تلميذ ثلاث محاولات .

التسجيل واحتساب النتائج
يحتسب الحجل المتتالى كالآتى :
١- غير قادر على أخذ خطوة ووثبة يقدر له (صفر) .
٢- قادر على أخذ خطوة واحدة ووثبة يقدر له (١) .
٣- قادر على أخذ ثلاث خطوات ووثبات على القدمين بالتبادل يقدر له (٢) .
٤- أعلى تآزر في الحجل يقدر له (٣) .



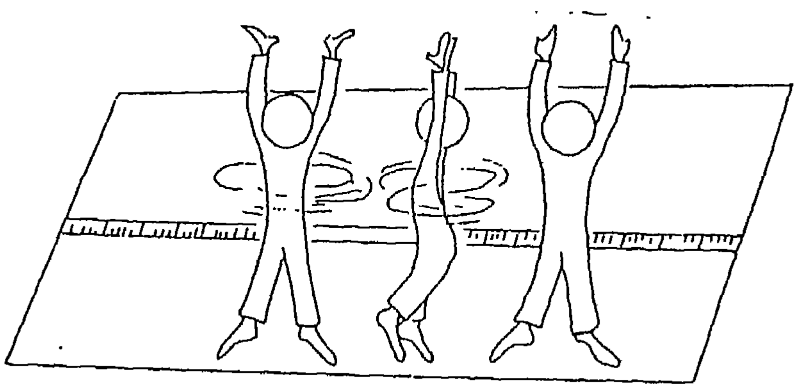
١٠ - حركات البراعة Tumbling progression

الهدف منه : قياس التوافق .

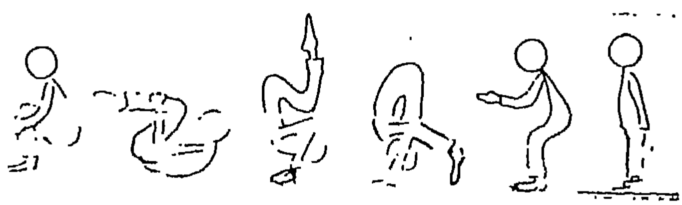
الأدوات : مرتبة صغيرة مع قطعة من شريط موضوع في المنتصف.

وصف الأداء: يجب أن يظهر التلميذ بوضوح الدحرجة الجانبية(٤ دحرجات متتالية) ، الدحرجة الأمامية ، الدحرجة الخلفية .

الدحرجة الجانبية : يجب أن تكون الذراعان ممدودتين أعلى الرأس والخط المحيط بالوسط يكون على خط المنتصف بالنسبة للمرتبة .



الدحرجة الأمامية : تبدأ من وضع القرفصاء ، خلال بداية الدحرجة يجب أن يكون أغلب وزن الجسم على اليدين مع ثني الرأس للداخل (الهبوط على خلف الرقبة) ، وبعد ذلك يجب أن تضم اليدين على العظمتين الكبيرتين بالساقين ويجب أن ينهض التلميذ إلى وضع الوقوف .



الدحرجة الخلفية : تبدأ من وضع القرفصاء ، خلال الدحرجة يكون الوزن مرتكزا على اليدين ولا يجب أن تكون الرأس ملتفة إلى الجانب ، ويكون الدفع باليدين والذراعين ليضمن الهبوط على القدمين ، الأداء الجيد يتطلب أن يكون الدوران حول المحور الطولي للجسم ،ويعد الانتباه الكافي من جانب التلميذ من متطلبات الأمان المناسبة لمراقبة الأداء خلال كل أنشطة البراعة .

١١- التصويب على الهدف Target Throw

الهدف منه : قياس الدقة .

الأدوات : حائط صلب - كرات تنس - لوحة الهدف

وصف لوحة الهدف :

- تتكون من أربعة دوائر متداخلة ، قطر الداخلية منهم ٣٠ سم والثانية ٦٠ سم والثالثة ٩٠ سم ، والرابعة ١٢٠ سم .

- تقدر الدرجات وفقا لمكان التصويب بالدوائر بواقع أربع درجات للدائرة الداخلية ثم ثلاث للآتي تليها ثم درجتين ودرجة .

- يبعد مركز لوحة الهدف ١٢٠ سم من الأرض .

- يبدأ الرمي من خطوط محددة تبعد ٤٥٠ سم ، ٦٠٠ سم من الحائط

وصف الأداء : التلاميذ الذين عمرهم تسع سنوات أو أقل يقفوا عند الخط الذي يبعد ٤٥٠ سم عن الحائط ، والتلاميذ الأكبر يقفون عند الخط الذي يبعد ٦٠٠ سم عن الحائط . لكل تلميذ خمس تصويبات ، يحتسب له التصويبات التي يكون فيها التصويب واليد لأعلى .

قواعد تنفيذ الاختبار

١- يجب أن تكون التصويبات من خلف الخط المحدد .

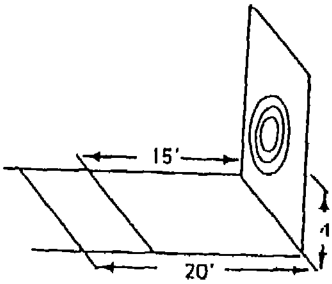
٢- يجب أن تكون التصويبات واليد لأعلى .

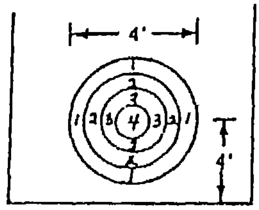
٣- لكل تلميذ خمس تصويبات متتالية ، تسجل لنتائجها .

٤- اذا هبطت الكرة على الخط المحدد للدائرة تسجل القيمة الأعلى .

التسجيل واحتساب النتائج

يتم جمع درجات الخمس تصويبات .





جامعة حلوان

استمارة جمع بيانات

★ اسم المدرسة : ★ تاريخ الميلاد :

★ اسم التلميذه / التلميذ : ★ تاريخ الالتحاق بالمدرسة :

★ الصف الدراسي : ★ نسبة الذكاء :

★ الطول : ★ الوزن :

م	الاختبار	القياس القبلي / / ٩٦						القياس البعدي / / ٩٧					
(١)	٥٠ ياردة عدو (ث)												
(٢)	٣٠٠ ياردة جري ومشي (ث)												
(٣)	تعلق ثني الذراعين (ث)												
(٤)	الجلوس من الرقود (عدد المرات)												
		(١)	(٢)	(٣)	أفضل محاولة			(١)	(٢)	(٣)	أفضل محاولة		
(٥)	الوثب العريض من الثبات (سم)												
(٦)	رمي كرة ناعمة لمسافة (سم)												
(٧)	المحل (درجات)												
(٨)	الجلوس والوصول (سم)												
		(١)	(٢)	(٣)	(٤)	(٥)	المجموع	(١)	(٢)	(٣)	(٤)	(٥)	المجموع
(٩)	التصويب على الهدف (درجات)												
(١٠)	حركات البراعة (درجات)	(١)	(٢)	أفضل محاولة				(١)	(٢)	أفضل محاولة			
(أ)	الدحرجة الجانبية												
(ب)	الدحرجة الامامية												
(جـ)	الدحرجة الخلفية												
		مجموع أفضل المحاولات						مجموع أفضل المحاولات					
		المحاولة / القدم	(١)	(٢)	(٣)	أفضل محاولة		المحاولة / القدم	(١)	(٢)	(٣)	أفضل محاولة	
(١١)	الوثب على قدم واحدة (درجات)	اليمنى						اليمنى					
		اليسرى						اليسرى					
		مجموع أفضل محاولتين						مجموع أفضل محاولتين					

مرفق (٣)

مقياس السلوك التوافقي للجمعية الامريكية للاعاقة الذهنية

مقياس السلوك التوافقى

A. B. S.

تأليف :

- كازونهيرا
- راى فوستر
- ماكس شلهاس
- هنرى ليلاند

تعديل ١٩٧٤ لمقياس السلوك التوافقى

لجنة جمعية التخلف العقلى الأمريكية

إعداد وترجمة :

دكتور / صفوت فرج

قسم علم النفس - جامعة القاهرة

دكتورة / ناهد رمزى

المركز القومى للبحوث الاجتماعية والجنائية

الناشر

مكتبة الأنجلو المصرية

١٦٥ شارع محمد فريد

القاهرة

مقياس السلوك التوافقي للأطفال والراشدين
تعديل ١٩٧٤

الاسم :
التاريخ : يوم ---- شهر ---- سنة ---- تاريخ الميلاد : يوم ---- شهر ---- سنة ----
اسم الفاحص :
الشخص الذي أدلى بالبيانات وعلاقته بالمفحوص :
أية معلومات إضافية :

يتضمن هذا المقياس عدداً من الجمل تصف بعض الأساليب التي يستخدمها الأفراد في مواقف مختلفة ويتضمن الذيل المرفق طرق مختلفة لاستخدام المقياس وتعليمات التصحيح مفصلة .
أما تعليمات الجزء الثاني من المقياس فستجدها في بداية النصف الثاني من هذا الكتيب .

تعليمات الجزء الأول

هناك نوعين من البنود في الجزء الأول من المقياس ، يتطلب النوع الأول أن تختار إجابة واحدة من بين عدد من الإجابات الممكنة ، مثال ذلك :

(٢) الأكل في الأماكن العامة (ضع دائرة حول إجابة واحدة فقط)

- يطلب وجبات كاملة في المطعم	٣	
- يطلب أكلات خفيفة كالسندوتشات أو الأرز أو المكرونة	(٢)	(٢)
- يطلب حلوى أو مثلجات أو مشروبات غازية	١	
- لا يطلب أي شئ من الطاعم	صفر	

لاحظ أن الجمل مرتبة وفقاً لمستوى صعوبتها ٣ ، ٢ ، ١ ، صفر . ضع دائرة حول الجملة الوحيدة التي تتضمن أفضل وصف لأصعب عمل يستطيع الشخص أداءه عادة . ويلاحظ أن الشخص في هذا المثال يستطيع أن يطلب أكلات خفيفة كالسندوتشات أو المكرونة (٢) ولكنه لا يستطيع طلب عشاء كامل (٣) وبالتالي وضعت الدائرة حول (٢) في المثال السابق .

وعند التصحيح يوضع رقم (٢) في الدائرة على اليسار .

يتطلب النوع الثاني من البنود أن تضع علامة √ على كل الجمل التي تنطبق على الشخص ، مثال ذلك :

(٤) عادات تناول الطعام

(ضع علامة √ على كل الجمل المنطبقة)

- يبتلع الطعام بدون مضغ .	-	٨ درجات
- يمضغ الطعام والفم منفتح .	√	
- يسقط الطعام على المائدة أو الأرض .	-	
- يستخدم الفوطة خطأ أو لا يستخدمها على الإطلاق .	√	◯
- يتحدث وفمه ممتلئ بالطعام .	-	
- يأخذ بقايا الطعام من أطباق الآخرين .	-	
- يأكل بسرعة زائدة أو ببطء شديد .	-	
- يمد أصابعه في الطعام .	-	
- لا شئ مما تقدم ــــــــــ	-	

(لا ينطبق البند لأنه مثلاً معتمد تماماً على الآخرين

إذا وضعت علامة √ هنا فيوضع عند التصحيح « صفر » في الدائرة على اليسار)

في المثال السابق وضعت علامة √ على البندين الثاني والرابع للإشارة إلى أن الشخص « يمضغ الطعام وفمه منفتح » ، « ويستخدم الفوطة بشكل غير مناسب » ، وعند التصحيح يطرح عدد البنود التي وضعت عليها علامة √ وعددها (٢) من (٨) وهي الدرجة الموضحة لهذا البند ، ويحصل الشخص على ٦ درجات وتوضع في الدائرة على اليسار ، وعلى أي الأحوال نأغلب البنود لا تتطلب الطرح ، وبدلاً من ذلك يوضع مباشرة عدد البنود التي انطبقت (√) على أنها الدرجة . والبنود السابقة وضعت هنا للإيضاح ولا يحسب أي منها في الدرجة .

ويلاحظ أن بعض البنود قد تتناول أشكالاً من السلوك ، يبدو من الواضح أنها لا تتفق والنظم المحلية (من ذلك : إستخدام التليفون) أو أشكال من السلوك غير الممكنة لشخص نتيجة لعدم ملاءمتها له (مثال ذلك : الأكل في المطاعم لشخص طريح الفراش) . وفي هذه الحالة عليك أن تستمر في استكمال التقديرات . واعط الشخص درجة على البند إذا اعتقدت اعتقاداً جازماً أنه يستطيع أن يسلك هذا السلوك وأنه سيفعله بدون تدريب إضافي إذا توفرت الظروف المناسبة . وأكتب « ض ن » للإشارة إلى أن البند ضد النظم أو « غ م » للإشارة إلى أنه غير ملائم بعد التقرير الموضوع لهذه الحالات . وعلى الرغم من أن هذه الرموز لن تؤثر في التقديرات التالية لهذا البند ، إلا أنها ستؤدي لتحسين فهمنا وتفسيرنا للسلوك التوافقي للشخص ولبيئته .

ويتعين ملاحظة القواعد العامة التالية أثناء تطبيق المقياس :

(١) يقصد في البنود التي تتضمن تعبير « بمساعدة » أو « بمعونة » للقيام بالعمل المعين أنها مساعدة أو معونة مادية أو فيزيقية .

(٢) أعط درجة للشخص على البند حتى إذا كان يحتاج إلى تشجيع لفظي أو تنبيه لإكمال العمل ما لم ينص البند بشكل محدد على أنه بدون تقديم تشجيع لفظي « أو » بدون تنبيه .

هذا المقياس معد للاستخدام العام ، وبالتالي قد تكون بعض البنود غير مناسبة للموقف المحدد الذي توجد فيه ، ولكن ابذل كل جهدك لاستكمال كل البنود .

الجـــزء الأول

(١) السلوك الاستقلالي

(أ) تناول الطعام

١) إستخدام أدوات المائدة (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يستخدم الشوكة والسكين بشكل صحيح ومتقن .	٦
- يستخدم السكين في التقطيع والتقشير .	٥
- يطعم نفسه بإحكام بالشوكة والملعقة .	٤
- يطعم نفسه بالشوكة والملعقة مع انسكاب واضح للطعام .	٣
- يطعم نفسه بالملعقة بإتقان .	٢
- يطعم نفسه بالملعقة مع انسكاب واضح للطعام .	١
- يأكل بأصابعه أو يحتاج لمن يطعمه .	صفر

٢) الأكل في الأماكن العامة (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يطلب وجبات كاملة في المطاعم .	٣
- يطلب أكلات خفيفة كالسندوتشات أو الأرز أو المكرونة .	٢
- يطلب حلوى أو مثلجات أو مشروبات غازية .	١
- لا يطلب أي شئ من المطاعم .	صفر

٣) الشراب (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يشرب بدون سكب ويمسك الكوب بيد واحدة .	٣
- يشرب من كوب أو فنجان بإتقان وبدون مساعدة .	٢
- يشرب من كوب أو فنجان بدون مساعدة مع انسكاب واضح .	١
- لا يشرب من كوب أو فنجان بدون مساعدة .	صفر

٤) عادات تناول الطعام (العلامة على جميع البنود التى تنطبق)

- يبتلع الطعام بدون مضغ . -
- يمضغ الطعام وفمه مفتوح . -
- يسقط الطعام على المائدة أو على الأرض . -
- يستخدم الفوطة خطأ أو لا يستخدمها على الإطلاق . -
- يتحدث وفمه ممتلئ بالطعام . -
- يأخذ بقايا الطعام من أطباق الآخرين . -
- يأكل بسرعة زائدة أو ببطء شديد . -
- يمد أصابعه فى الطعام . -
- لا شئ مما تقدم ———

اطرح عدد الإجابات من ٨ =

○

البند لا ينطبق : مثلاً نتيجة لأن الشخص يتناول طعامه فى السرير أو يتغذى بالسوائل (فإذا كان كذلك ضع صفر فى الدائرة)

«أ» تناول الطعـــام ←———— إجمع الدوائر △ من ١ حتى ٤

(ب) إستخدام المرحاض

٥) التدريب على استخدام المرحاض (الدائرة حول واحد فقط)

- يقضى حاجته بانتظام . ٤
- لا يفاجئه الإحتياج للمرحاض نهاراً . ٣
- يفاجئه أحياناً الإحتياج للمرحاض نهاراً . ٢
- غالباً ما يفاجئه الإحتياج للمرحاض نهاراً . ١
- غير مدرب على استخدام المرحاض إطلاقاً . صفر

○

٦) العناية بالنفس داخل المرحاض (العلامة على جميع البنود التى تنطبق)

- ينزل سرواله فى المرحاض بدون مساعدة . -
- يجلس على كرسى المرحاض بدون مساعدة . -
- ينظف نفسه بالماء أو الورق بشكل مناسب . -
- يفتح السيفون بعد إستخدام المرحاض . -
- يرتدى ملابسه بدون مساعدة . -
- يغسل يديه بدون مساعدة . -
- لا شئ مما تقدم ———

○

«ب» إستخدام المرحاض ←———— إجمع الدوائر △ ٦،٥

(ج) النظــــــافة

٧) غسيل اليدين والوجه (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يغسل يديه بالصابون . -
- يغسل وجهه بالصابون . -
- يغسل يديه ووجهه بالماء . -
- ينشف يديه ووجهه . -
- لا شئ مما تقدم ــــــ

٨) الاستحمام (الدائرة حول واحدة فقط)

- يعد حمامه ويستكمل استحمامه بدون معاونة . ٦
- يستحم وينشف جسمه تماماً بدون إشراف أو معاونة . ٥
- يستحم وينشف جسمه بشكل معقول تحت إشراف . ٤
- يستحم وينشف جسمه بمعاونة . ٣
- يحاول الاستحمام بالصابون وتنظيف جسمه . ٢
- يتعاون مع من يقوم بمساعدته فى حمامه وتنشيفه . ١
- لا يقوم بأى محاولة للاستحمام أو التنشيف . صفر

٩) النظافة الشخصية (العلامة على جميع البنود التى تنطبق) - اطرح عدد الإجابات

- له رائحة نفاذة تحت إبطه . - من٤ =
- لا يغير ملابسه الداخلية بصورة منتظمة من تلقاء نفسه . -
- عادة ما يكون جسمه قذراً إذا لم يساعده أحد . -
- لا يحافظ من تلقاء نفسه على نظافة أظافره . -
- لا شئ مما تقدم ــــــ

البند غير منطبق نتيجة أنه مثلاً معتمد تماماً على الآخرين (إذا كان كذلك ضع صفر فى الدائرة) .

١٠) تنظيف الأسنان (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يستخدم معجون الأسنان وحركة الفرشاة علوية وسفلية منتظمة . ٥
- يستخدم معجون الأسنان والفرشاة . ٤
- يستخدم الفرشاة لتنظيف أسنانه بدون مساعدة لكنه لا يستطيع استعمال المعجون . ٣
- يستخدم الفرشاة لتنظيف أسنانه تحت الإشراف . ٢
- يتعاون عند قيام أحد بتنظيف أسنانه بالفرشاة . ١
- لا يقوم بأى محاولة لتنظيف أسنانه بالفرشاة . صفر

١١) الدورة الشهرية (الدائرة حول بند واحد فقط)

(بالنسبة للذكور ضع دائرة حول لا دورة)

- لا دورة . ٥
- تهتم بنفسها تماماً عند الدورة بدون مساعدة أو تذكير . ٥
- تعتنى بنفسها جيداً أثناء الدورة . ٤
- تعاون فى تغيير النشاف أثناء الدورة . ٣
- تشير إلى حاجتها لتغيير النشاف أثناء الدورة . ٢
- تشير إلى أن الدورة بدأت لديها . ١
- لا تهتم بنفسها أو تسعى للمعونة أثناء الدورة . صفر

ج) النظافة ← إجمع الدوائر من ٧ حتى ١١

(د) المظهر

١٢) الهيئة العامة (العلامة على جميع البنود التى تنطبق)

- فمه يتدلى مفتوحاً . –
- رأسه مطاطئ . –
- بطنه بارزة نتيجة لهيئته . –
- أكتافه متهدلة للأمام أو منحنية للخلف . –
- يسير وأصابع قدميه منفرجة أو متقلصة . –
- يسير وقدميه منفرجتين . –
- يجر قدميه أثناء السير أو يترنح ويدب بثقله أثناء السير . –
- يسير على أطراف قدميه . –
- لا شئ مما تقدم ـــــ

اطرح عدد الإجابات من ٨ =

البند لا ينطبق نتيجة لأنه طريح الفراش أو عاجز عن المشى (إذا كان كذلك ضع صفر فى الدائرة) .

١٣) الملابس (العلامة على جميع البنود التى تنطبق)

اطرح عدد الإجابات من ٧ =

- لا تكون ملابسه محكمة عليه إذا لم يحصل على معاونة فى إرتــــدائها -
- يرتدى ملابس ممزقة أو غير مهندمة إذا لم يوجه . -
- يعود لارتداء الملابس القذرة أو المتسخة ما لم يوجه . -
- يرتدى ملابس متنافرة الألوان إذا لم يوجه . -
- لا يعرف الفرق بين أحذية المنزل وأحذية الخروج المناسبة . -
- لا يختار الملابس المناسبة للمناسبات المختلفة . -
- لا يرتدى ملابس مناسبة للظروف الجوية المختلفة (بلوفر للبرد وقميص للحر مثلاً) . -
- لا شئ مما تقدم ـــــ

البند لا ينطبق نتيجة لأن الشخص معتمد تماماً على الآخرين (فإذا كان كذلك ضع صفراً فى الدائرة) .

○

(د) المظهر ⟵ إجمع الدوائر ١٢ ١٣ △

(هـ) العناية بالملابس

١٤) العناية بالملابس (العلامة على جميع البنود التى تنطبق)

- يقوم بدهان وتلميع حذائه عند اللزوم . -
- يضع الملابس فى الدرج أو الدولاب بعناية . -
- يخلع ملابسه القذرة بدون تنبيه . -
- يعلق ملابسه على الشماعة بدون تنبيه . -
- لا شئ مما تقدم ـــــ

○

(هـ) العناية بالملابس ⟵ درجة دائرة ١٤ △

(و) ارتداء وخلع الملابس

١٥) الارتداء (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يلبس كل ملابسه بدون أى مساعدة . ٥
- يلبس كل ملابسه بدون مساعدة مع تشجيع لفظى فقط . ٤
- يلبس بتشجيع لفظى (مع المساعدة فى إغلاق السوستة أو ربط الأزرار أو إحكام الملابس) . ٣
- يلبس نفسه بمساعدة فى جذب أو وضع أغلب الملابس عليه وإحكامها نسبيتها ٢
- يعاون عند تلبيسه كأن يمد ذراعيه أو رجليه . ١
- يحتاج لمن يلبسه كلية . صفر

○

١٦) خلع الملابس في الأوقات المناسبة (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يخلع كل ملابسه بنفسه . ٥
- يخلع كل ملابسه بنفسه مع تشجيع لفظي فقط . ٤
- يخلع ملابسه مع فك (السوستة ، الأزرار ، الكباسين ، بمساعدة) . ٣
- يخلع ملابسه بمساعدة في الفك وانتزاع أغلب الملابس . ٢
- يتعاون عند خلع ملابسه بمد ذراعيه أو رجليه . ١
- يحتاج لمن يخلع له كل ملابسه . صفر

١٧) الأحذية (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

- يرتدي حذاءه جيداً بدون مساعدة . -
- يرتدي حذاءه بدون مساعدة . -
- يفك رباط حذاءه بدون مساعدة . -
- يخلع حذاءه بدون مساعدة . -
- لا شئ مما تقدم ———

إجمع الدوائر

د) ارتداء وخلع الملابس ←———

من ١٥ حتى ١٧

(ز) الانتقال

١٨) الاحساس بالاتجاه (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يذهب إلى أماكن أبعد من المستشفى أو المدرسة أو البيت بعدد قليل من المباني دون أن يتوه . ٣
- يذهب حول المستشفى أو حول البيت بعدد قليل من المباني دون أن يتوه . ٢
- يذهب حول البيت أو عند المستشفى بمفرده . ١
- يتوه إذا ترك المنطقة التي يقطنها . صفر

١٩) استخدام وسائل المواصلات العامة (العلامة على البنود التي تنطبق)

- يسافر بمفرده بالقطار أو بأتوبيسات المسافات الطويلة أو بالطائرة . -
- يركب سيارة أجرة بمفرده . -
- يركب أتوبيسات الضواحي أو أتوبيس المهنة إلى أماكن غير مألوفة له من قبل بمفرده . -
- يركب أتوبيسات الضواحي أو أتوبيس المهنة لأماكن مألوفة له بمفرده . -
- لا شئ مما تقدم ______

(ز) الاتصال ← إجمع الدوائر ١٩،١٨

(ح) أعمال استقلالية أخرى

٢٠) استخدام التليفون (العلامة على كل البنود التي تنطبق)

- يستخدم دليل (دفتر) التليفون . -
- يستخدم تليفون عمومي بأجر . -
- يستخدم التليفون في اتصالاته الخاصة . -
- يجيب على التليفون بشكل مناسب . -
- يتلقى رسالة تليفونية لشخص آخر . -
- لا شئ مما تقدم ______

٢١) أعمال استقلالية متنوعة (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)

- يعد مكان نومه استعداداً للنوم في المساء . -
- يذهب للنوم بدون مساعدة أي يدخل مكان نومه ويغطي نفسه بغطاءه ... إلخ . -
- يتحكم عادة في مقدار ما يأكله أي يأكل باعتدال . -
- يعرف قيمة طوابع البريد المختلفة ويشتري طوابع من البوستة . -
- يهتم بصحته الشخصية ، يغير الملابس المبتلة مثلاً . -
- يتصرف في الجروح البسيطة ، الخدش أو اللسعات مثلاً . -
- يعرف كيف وأين يجد معونة طبية . -
- يعرف تسهيلات الخدمة الاجتماعية في المجتمع . -
- لا شئ مما تقدم ______

(ح) أعمال استقلالية أخرى ← إجمع الدوائر ٢١،٢٠

(أ) العمل الاستقلالي ← إجمع المثلثات من أ إلى ح

(٢) النمو الجسمي

(أ) النمو الحسي

(قدرات الملاحظة)

٢٢) الإبصار - بالنظارة إذا كانت مستخدمة . (الدائرة حول واحدة فقط)

- لا صعوبة في الرؤية . ٣
- بعض الصعوبة في الرؤية . ٢
- صعوبة كبيرة في الرؤية . ١
- لا يبصر إطلاقاً . صفر

٢٣) السمع - بالسماعة إذا كانت مستخدمة . (الدائرة حول واحدة فقط)

- لا صعوبة في السمع . ٣
- بعض الصعوبة في السمع . ٢
- صعوبة كبيرة في السمع . ١
- لا يسمع إطلاقاً . صفر

(أ) النمو الحسي ← إجمع الدوائر ٢٣،٢٢

(ب) النمو الحركي

٢٤) توازن الجسم (الدائرة حول واحدة فقط)

- يمكنه الوقوف على أطراف أصابعه لمدة عشرة ثواني إذا طلب منه ذلك . ٥
- يمكنه الوقوف على قدم واحدة لمدة ثانيتين إذا طلب منه ذلك . ٤
- يقف بدون مساعدة . ٣
- يقف بمساعدة . ٢
- يجلس بدون مساعدة . ١
- لا يستطيع أن يفعل شيئاً مما سبق . صفر

٢٥) المشى والجرى (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يسير بمفرده -
- يصعد ويهبط السلم بمفرده . -
- يهبط السلم بتبادل الخطوة بين القدمين . -
- يجرى بدون ستوط أحياناً . -
- يقفز أو يسير أو يحجل . -
- لا شئ مما تقدم ــــــ

٢٦) التحكم فى اليدين (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يمسك الكرة . -
- يرمى الكرة بيده . -
- يحمل كوب أو فنجان . -
- يمسك بالسبابة والإبهام . -
- لا شئ مما تقدم ــــــ

٢٧) استخدام الأطراف (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يستخدم ذراعه الأيمن بكفاءة . -
- يستخدم ذراعه الأيسر بكفاءة . -
- يستخدم رجله اليسرى بكفاءة . -
- لا شئ مما تقدم ــــــ

(ب) النمو الحركى ←ــــــــــــــــ إجمع الدوائر من ٢٤ حتى ٢٧

(٢) النمو الجسمى ←ــــــــــــــــ إجمع المثلثين أ، ب

-٣/١٤٩-

(٣) النشـــــاط الاقتصـــادي

(أ) التعامل بالنقود وتخطيط الميزانية

٢٨) التعامل بالنقود (الدائرة حول واحدة فقط)

- يتعامل بدفتر توفير أو يفتح حساب في البنك أو البوستة . ٤
- يفك النقود أو يصححها على الوجه الصحيح لكن لا يفتح حساب في البنك . ٣
- يستطيع جمع نقود من فئات مختلفة مكوناً مبلغ جنيه واحد . ٢
- يستخدم النقود ولكنه لا يستطيع أن يفكها بدقة . ١
- لا يستطيع استخدام النقود . صفر

٢٩) تخطيط الميزانية (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)

- يوفر نقود أو عملات لغرض محدد . -
- يحسب ميزانية سفر أو غذاء . -
- ينفق النقود بنوع من التخطيط . -
- يتحكم في كل نفقاته الكبيرة . -
- لا شئ مما تقدم ـــــ

(أ) التعامل بالنقود وتخطيط الميزانية ← إجمع الدوائر ٢٨، ٢٩

(ب) مهارات الشراء

٣٠) المشاوير (الدائرة حول واحدة فقط)

- يذهب لمحلات مختلفة لشراء أشياء مختلفة . ٤
- يذهب لمحل واحد لشراء شيئاً واحداً . ٣
- يُرسل في شراء شئ بسيط يطلب منه شفوياً . ٢
- يُرسل في مشوار لشراء شئ بسيط مكتوب له في ورقة . ١
- لا يمكن إرساله في أي مشوار . صفر

٣١) الشراء (الدائرة حول واحدة فقط)

- يشترى كل ملابسه الشخصية . ٥
- يشترى كل احتياجاته الصغيرة من الملابس . ٤
- يقوم بشراء أشياء صغيرة بدون مساعدة
(مثل المشروبات والحلوى) ٣
- يقوم بالشراء تحت إشراف بسيط . ٢
- يقوم بالشراء تحت إشراف مباشر . ١
- لا يقوم بالشراء إطلاقاً . صفر

«ب» مهارات الشراء ← إجمع الدوائر ٣١.٢٠

(٣) النشاط الاقتصادى ← إجمع المثلثين أ+ب

(٤) ارتقاء اللغة

(أ) التعبير

٣٢) الكتابة (الدائرة حول واحدة فقط)

- يكتب خطابات معقولة ومفهومة . ٥
- يكتب ملاحظات قصيرة أو مذكرات . ٤
- يكتب حوالى أربعين كلمة ٣
- يكتب حوالى عشرة كلمات . ٢
- يكتب إسمه . ١
- لا يستطيع كتابة أى كلمات . صفر

٣٣) التعبير اللفظى (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يهز رأسه أو يبتسم تعبيراً عن سعادته . ـ
- يُظهر ما يُفهم منه أنه جوعان . ـ
- يطلب ما يريده بالإشارة أو بأصوات مبهمة . ـ
- يضحك أو يبتسم عندما يكون سعيداً . ـ
- يعبر عن السرور أو الغضب بإصدار أصوات . ـ
- يستطيع أن يقول على الأقل عدة كلمات (ضع «٦» فى حالة انطباق هذا البند بغض النظر عن بقية البنود) ـ
- لا شئ مما تقدم ــــــ

٣٤) الكلام (العلامة على كل الجمل التي تنطبق إذا لم يوجد كلام ضع : « لا يوجد » وضع « صفر » في الدائرة)

اطرح عدد الإجابات من « ٤ »

- الكلام بصوت منخفض ، واهن ، أو هامس أو يصعب سماعه . -
- الكلام منخفض الصوت ، واهن ، أو متثاقل . -
- الكلام سريع ، متتابع ، منطلق . -
- يتكلم مع حدوث وقفات أو سكوت أو بعض التقطيعات غير المنتظمة . -
- لا شيء مما تقدم ———

٣٥) استخدام الجمل (الدائرة حول واحدة فقط)

- يستخدم أحياناً جمل مركبة من كلمات مثل « علشان » ، « لكن » ... إلخ . ٣
- يسأل أسئلة مستخدماً كلمات مثل : « ليه » ، « إزاى » ، « إيه » ... إلخ . ٢
- يتحدث مستخدماً جمل بسيطة . ١
- يستخدم الألفاظ . صفر

٣٦) استخدام الكلمات (الدائرة حول واحد فقط)

- يتحدث عن أحداث أو وقائع أثناء وصفه لصورة . ٤
- يسمى الناس والأشياء بأسمائهم أثناء وصفه لصورة . ٣
- يعرف أسماء الأشياء المألوفة . ٢
- يسأل عن أشياء بأسمائها المناسبة . ١
- لا يتكلم أو لا يستخدم الألفاظ تقريباً . صفر

(أ) التعبير ← إجمع الدوائر من ٣٢ حتى ٣٦

(ب) الفهم

٣٧) القراءة (الدائرة حول واحدة فقط)

- يقرأ الكتب المناسبة للأطفال من ٩ سنوات أو أكثر . ٥
- يقرأ كتباً مناسبة للأطفال من سن ٧ سنوات . ٤
- يقرأ قصصاً بسيطة أو مضحكة . ٣
- يقرأ كلمات محدودة مثل « للرجال » ، « للسيدات » ، « شارع » ، « محل » « بقالة » . ٢
- يستطيع التعرف على عشرة كلمات سبق رؤيتها . ١
- يستطيع التعرف على أقل من عشرة كلمات أو لا شيء إطلاقاً مما سبق له رؤيته . صفر

٣٨) التعليمات المركبة (العلامة على كل البنود التي تنطبق)
- يفهم التعليمات التي تحتوي على حروف جر مثل « في »
« على » « من » « إلى » .
- يفهم التعليمات التي تشير إلى الترتيب الذي يجب أن ينفذ على أساسه
مثلاً « اعمل الأول كذا وبعدين كذا » .
- يفهم التعليمات التي تتطلب منه اتخاذ قرار معين مثلاً « إذا كان كذا اعمل ..
أو إذا مكنش اعمل .. » -
- لا شئ مما تقدم ———

إجمع الدوائر

(ب) الفهم ←——————— △
٣٨، ٣٧

(ج) ارتقاء اللغة الاجتماعية

٣٩) المحادثة (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)
- يستخدم تعبيرات مثل « من فضلك » « أشكرك » . -
- اجتماعي يتحدث أثناء تناول الطعام . -
- يتحدث مع الآخرين عن الرياضة . مثلاً الكرة والعائلة والأنشطة الاجتماعية
الأخرى . -
- لا شئ مما تقدم ———

٤٠) مظاهر أخرى مختلفة لارتقاء اللغة (العلامة على كل البنود
التي تنطبق)
- يستطيع الإقناع . -
- يجد استجابة واضحة عندما يتكلم لجموعة بشكل معقول . -
- يتكلم بوعي . -
- يقرأ كتب وصحف ومجلات للمتعة . -
- يستطيع إعادة رواية قصة بصعوبة بسيطة أو بدون صعوبة . -
- يستطيع ملء البيانات الأساسية في أي نموذج رسمي بصورة معقولة . -
- لا شئ مما تقدم ———

إجمع الدوائر

(ج) ارتقاء اللغة الاجتماعية ←——————— △
٤٠، ٣٩

إجمع

(٤) ارتقاء اللغة ←——————— □

المثلثات

(٥) الإعداد والوقت

٤١) الإعداد (الدائرة حول واحدة فقط)
- يقوم بعمليات الجمع والطرح البسيطة . ٥
- يعد عشرة أشياء أو أكثر . ٤
- يعد تلقائياً حتى عشرة . ٣
- يعد شيئين تلقائياً (واحد ، اثنين) . ٢
- يميز بين واحد وكثير . ١
- لا يفهم في الأرقام . صفر

٤٢) الوقت (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)
- يذكر الوقت من الساعة بالضبط حتى نزول الدقائق . -
- يفهم الفروق في الوقت ، الفرق مثلاً بين الساعة ٣٫٣٠ والساعة ٤٫٣٠ . -
- يفهم التساوي في الزمن من خلال التعبيرات المختلفة مثلاً الساعة ٩٫١٥ هي الساعة تسعة وربع . -
- يربط بين الوقت حسب الساعة والوقت حسب أحداث ووقائع مختلفة مثل الغداء الساعة واحدة ونشرة الأخبار الساعة ٨٫٣٠ . -
- لا شئ مما تقدم ———

٤٣) مفهوم الوقت (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)
- يعرف أسماء أيام الأسبوع مرتبة . -
- يشير بطريقة صحيحة إلى الصباح وبعد الظهر . -
- يعرف الفرق بين يوم وأسبوع ، دقيقة وساعة ، شهر وسنة ... إلخ -
- لا شئ مما تقدم ———

(٥) الإعداد والوقت ← إجمع الدوائر من ٤١ حتى ٤٣ [ ]

(٦) الانشطة المنزلية

(أ) التنظيف

٤٤) تنظيف الحجرة (الدائرة حول واحدة فقط)
- ينظف الحجرة جيداً أي يكنسها ويقوم بالتلميع والترتيب . ٢
- ينظف الحجرة بصورة غير تامة . ١
- لا ينظف الحجرة على الإطلاق . صفر

٤٥) الغسيل والكي (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)

- يغسل الملابس .
- يجفف الملابس أو يعصرها -
- يطبق الملابس المغسولة . -
- يكوي الملابس إذا احتاج الأمر . -
- لا شيء مما تقدم ——

(أ) التنظيف ← اجمع الدوائر ٤٤ ٤٥

(ب) أعمال المطبخ

٤٦) ترتيب المائدة (السفرة) (الدائرة حول واحدة فقط)

- يضع كل الأدوات على المائدة ، وكذلك الفوط والملح والفلفل والسكر ... إلخ . ٣
- يضع الأطباق والأكواب وأدوات المائدة في المواضع الصحيحة كما تعلمها . ٢
- يضع الشوك والسكاكين والأطباق ... إلخ على المائدة . ١
- لا يرتب السفرة إطلاقاً . صفر

٤٧) إعداد الطعام (الدائرة حول واحدة فقط)

- يعد وجبة كاملة مناسبة (قد يستخدم معلبات أو أطعمة معدة ومثلجة) . ٣
- يجهز ويطبخ أكلات بسيطة من ذلك بيض مقلي أو فطير أو كيك أو وجبة خفيفة . ٢
- يجهز وجبات بسيطة لا تحتاج لطبخ أو تسوية كالسندوتشات أو السلطات . ١
- لا يعد طعاماً على الإطلاق . صفر

٤٨) تنظيف السفرة بعد الأكل (الدائرة حول واحدة فقط)

- ينقل الأطباق الصيني والأكواب الزجاجية من على السفرة . ٢
- ينقل من على السفرة الملاعق والشوك والأشياء غير القابلة للكسر . ١
- لا ينظف السفرة أبداً . صفر

(ب) أعمال المطبخ ← اجمع الدوائر من ٤٦ حتى ٤٨

(ج) اعمال منزلية اخرى

٤٩) أنشطة منزلية عامة (العلامة على كل الجمل التى تنطبق)

- يغسل الأطباق جيداً . -
- ينظف ويرتب السرير . -
- يساعد فى الأعمال المنزلية العادية إذا طلب منه . -
- يقوم بالأعمال المنزلية بشكل معتاد . -
- لا شئ مما تقدم ـــــ

(ج) أعمال منزلية أخرى ← درجة دائرة ٤٩

(٦) الأنشطة المنزلية ← إجمع المثلثات أ ج

(٧) النشاط المهنى

٥٠) مستوى تعقد الوظيفة (الدائرة حول واحدة فقط)

- يشغل وظيفة تتطلب استخدام أدوات أو آلات فى ورشة مثلاً أو على ماكينة خياطة ... إلخ . ٢
- يشغل وظيفة بسيطة كالعناية بحديقة مثلاً أو فى مصنع للبلاط أو عامل نظافة . ١
- لا يعمل على الإطلاق . صفر

٥١) مستوى الأداء المهنى (العلامة على كل البنود التى تنطبق)
(إذا كان المفحوص قد حصل على صفر فى البند رقم ٥٠ ضع العلامة فى هذا البند على « لا شئ مما تقدم » ثم ضع فى الدائرة صفر على اليسار)

اطرح عدد الإجابات من ٤ =

- يعرض الآخرين للمخاطر نتيجة للإهمال . -
- لا يعتنى بأدوات العمل . -
- يطئ فى عمله للغاية . -
- عمله غير كامل وغير متقن . -
- لا شئ مما تقدم ـــــ

٤٢) عادات العمل (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)
(إذا كان المفحوص قد حصل على صفر في البند رقم ٥
ضع العلامة في هذا البند على « لا شئ مما تقدم » ثم ضع
صفر في الدائرة التي على اليسار)

- يصل لعمله متأخراً بدون سبب معقول .
- يتغيب كثيراً عن العمل .
- لا يستطيع إنهاء العمل بدون وجود تشجيع مستمر ودائم .
- يترك موقع العمل بدون إذن .
- يتضايق وينتفر من العمل .
- لا شئ مما تقدم ———

اطرح عدد الإجابات من ٥ =

(٧) النشاط المهنى ← إجمع الدوائر من ٤٠ حتى ٤٢

(٨) التوجـــه الذاتـــى

(أ) روح المبادرة

٤٣) روح المبادرة (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يبادر (يبدأ من تلقاء نفسه) أغلب أنشطته ، من ذلك أعماله وألعابه ... إلخ .	٣
- يسأل عما إذا كان هناك ما يفعله أو يستكشفه ما حوله في البيت أو المنزل ... إلخ .	٢
- يشترك في الأنشطة المختلفة إذا طلب ذلك منه أو وجهت إليه الدعوة	١
- لا يشترك في الأنشطة المختلفة المسندة إليه كأن يتجاهل مايقدم له من لعب .	صفر

٤٤) السلبية (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)

- يحتاج لأن يُطلب منه عمل أي شئ .
- لا يوجد لديه أي طموح .
- يبدو غير شغوف بالأشياء المختلفة .
- ينهى عمله متأخراً نتيجة لما أضاعه من وقت .
- يعتمد على الآخرين لمساعدته دون وجود ضرورة لذلك .
- حركته بطيئة ومتبلدة .
- لا شئ مما تقدم ———

(البند لا ينطبق لأنه يعتمدُ تماماً على الآخرين ، فإذا كان كذلك ضع صفر في الدائرة على اليسار)

اطرح عدد الإجابات من ٦ =

«أ» روح المبادرة ← إجمع الدوائر ٤٣ ، ٤٤

(ب) المثابـرة

٤٤) الانتباه (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يعطي اهتماماً للأنشطة الهادئة يزيد عن خمسة عشر دقيقة مثلاً لعب مباراة ، قراءة ، تنشيف ... إلخ . ٤
- يعطي اهتماماً للأنشطة الهادئة لمدة خمسة عشر دقيقة على الأقل . ٣
- يعطي اهتماماً للأنشطة الهادئة لمدة عشر دقائق على الأقل . ٢
- يعطي اهتماماً للأنشطة الهادئة لمدة خمس دقائق على الأقل . ١
- لا يعطي اهتماماً للأنشطة الهادئة لمدة تصل إلى خمس دقائق . صفر

٤٦) المثابرة (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

- يتبدد حماسه بسهولة . -
- يفشل في القيام بالأعمال . -
- يقفز من نوع من النشاط إلى آخر . -
- يحتاج لتشجيع دائم ومستمر حتى ينهي عمله . -
- لا شيء مما تقدم ———

(البند لا ينطبق لأنه مثلاً عاجز عن القيام بأي نشاط منظم ، إذا كان كذلك ضع صفر في الدائرة على اليسار) .

(ب) المثابرة ← إجمع الدوائر

٥٦.٥٥

(ج) وقت الفراغ

٤٧) أنشطة وقت الفراغ (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

- ينظم وقت فراغه في أنشطة من مستوى غير بسيط كأن يكون ذلك في لعب الدومينو أو الشطرنج أو الكرة ... إلخ . -
- لديه هواية مثل الرسم أو التطريز أو جمع طوابع البريد أو العملات . -
- ينظم وقت فراغه بصورة مناسبة في مستوى بسيط مثل مشاهدة التليفزيون والاستماع للأغاني أو الراديو ... إلخ . -
- لا شيء مما تقدم ———

درجة الفقرة

(ج) وقت الفراغ ←

٤٧

إجمع

(٨) التوجه الذاتي ←

المثلثات

أ ج

(٩) تحمل المسئولية

) الممتلكات الشخصية (الدائرة حول واحدة فقط)

- يُعتمد عليه ، يُعنى دائماً بالممتلكات الشخصية . ٣
- يُعتمد عليه ، عادة ما يعتني بالممتلكات الشخصية . ٢
- غير موثوق به ، نادراً ما يعتني بالممتلكات الشخصية . ١
- لايتحمل مسئولية إطلاقاً ، لا يعتني أبداً بالممتلكات الشخصية . صفر

٤٩) تحمل المسئولية عموماً (الدائرة حول واحدة فقط)

- شديد الالتزام ويأخذ على عاتقه المسئولية ويقوم بجهد ويتم إنجاز الأعمال التي يقوم بها . ٣
- شديد الالتزام عادة ويقوم بجهد لتحمل المسئولية ويستطيع المرء أن يتأكد أنه سينجز ما يقوم به من أعمال . ٢
- ليس موضعا للثقة ويقوم بجهد ضئيل لتحمل المسئولية ولا يمكن التأكد من إنجازه لما يقوم به من أعمال . ١
- لا يكلف بمسئولية لأنه غير قادر على تحمل المسئولية على الإطلاق . صفر

إجمع الدوائر

(٩) تحمل المسئولية ←

٤٩،٤٨

(١٠) التنشئة الاجتماعية

٦٠) التعاون (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يقسم المساعدة للآخرين . ٢
- على استعداد للمساعدة إذا طلب منه ذلك . ١
- لا يساعد الآخرين إطلاقاً . صفر

٦١) وضع الآخرين في الاعتبار (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

- يظهر اهتماماً بأحوال الآخرين . -
- يعتني بممتلكات الآخرين . -
- يتولى توجيه أو إدارة شئون الآخرين إذا احتاج الأمر لذلك . -
- يضع في اعتباره مشاعر الآخرين . -
- لا شئ مما تقدم ———

٦٢) الوعي بالآخرين (العلامة على كل الجمل التي تنطبق)

- يتعرف على عائلته الشخصية . -
- لديه معلومات عن أشخاص آخرين من غير عائلته . -
- لديه معلومات عن الآخرين مثل عناوينهم ودرجة صلتهم به . -
- يعرف أسماء الناس وثيقي الصلة به من ذلك زملاؤه في الفصل ، جيرانه . -
- يعرف أسماء الناس ممن لا يتعامل معهم مباشرة أو بانتظام . -
- لا شئ مما تقدم ———

٦٣) التفاعل مع الآخرين (الدائرة حول بند واحد فقط)

- يتفاعل مع الآخرين في مباريات أو أنشطة جماعية . ٣
- يتفاعل مع الآخرين لفترة محدودة على الأقل مثل تقديم أو عرض لعب أو دمى أو أشياء مشابهة . ٢
- يتفاعل مع الآخرين على سبيل التقليد مع قليل من التجاوب . ١
- لا يستجيب للآخرين بطريقة اجتماعية مقبولة . صفر

٦٤) الاشتراك في الأنشطة الجماعية (الدائرة حول بند واحد فقط)

- المبادرة في الأنشطة الجماعية (يقود وينظم) . ٣
- يشترك تلقائياً ويحب الأنشطة الاجتماعية (اشتراك نشط) ٢
- يشترك في الأنشطة الاجتماعية إذا شجع على ذلك (اشتراك سلبي) . ١
- لا يشترك في الأنشطة الاجتماعية . صفر

٦٥) الأنانية (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

اطرح عدد الاجابات من ٤ =

- يرفض أن يقف في دوره . -
- لا يشترك مع الآخرين . -
- يثور إذا لم يُفسح له طريقه . -
- يقاطع المدرس أو يفعل ذلك مع من يساعد شخص آخر . -
- لا شئ مما تقدم ———

(لا ينطبق البند بسبب مثلاً أنه بلا علاقات اجتماعية أو لأنه منسحب تماماً . إذا كان كذلك ضع صفراً في الدائرة على اليسار) .

٦٦) التنحي الاجتماعي (العلامة على جميع البنود التي تنطبق)

اطرح عدد الإجابات من ٥ =

- شديد الألفة مع الغرباء . -
- يخشى الغرباء . -
- يفعل أي شئ ليحصل على أصدقاء . -
- يتعلق بكل شخص بلا استثناء . -
- يحب أن يكون تحت رعاية أحد باستمرار . -
- لا شئ مما تقدم ———

(البند لا ينطبق بسبب مثلاً أنه بلا علاقات اجتماعية أو لأنه منسحب تماماً ، إذا كان كذلك ، ضع صفراً في الدائرة على اليسار) .

(١٠) التنشئة الاجتماعية ← إجمع الدوائر من ٦٠ حتى ٦٦

تعليمات الجزء الثانى

يتضمن الجزء الثانى نوع واحد من البنود . فيما يلى أحد الأمثلة :

	أحياناً	غالباً	
(٢) تدمير الممتلكات الشخصية			
- يشرط أو يمزق ملابسه أو يضعها فى فمه .	(١)	٢	
- يفسد ممتلكاته الخاصة .	١	(٢)	(٥)
- يمزق مجلاته ، أو كتبه أو أى أشياء أخرى خاصة به .	١	(٢)	
- أخرى تذكر ________	١	٢	
الإجمالى	١	+ ٤	
____ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة			

إختار البنود التى تنطبق على المبحوث وضع الدائرة حول (١) إذا كان السلوك المعين يحدث « أحياناً » أو حول (٢) إذا كان يحدث غالباً ، أو ضع علامة على « لا تنطبق عليه أى من العبارات السابقة » إذا كانت أى من البنود السابقة لا تنطبق عليه . وعند حساب الدرجات يوضع مجموع كل عامود (الإجمالى) أسفل هذا العامود ثم يوضع مجموع الإجماليات فى الدائرة على اليسار . أما إذا وضعت علامة على عبارة « لا تنطبق » نضع صفراً فى الدائرة على اليسار . ففى المثال السابق انطبق السلوك على الجملة الأولى أحياناً . أما الجملتين الأخيرتين فقد انطبق عليهما غالباً لذلك فقد وضع رقم (٥) فى الدائرة (هى تمثل درجة واحدة للإجابة بأحياناً على الجملة الأولى ودرجتين للإجابة بغالباً على الجملة الثانية ودرجتين للإجابة بغالباً على الجملة الثالثة) .

وعليك أن تلاحظ أن « أحياناً » تعنى ندرة حدوث السلوك أو حدوثه بين الفينة والفينة بينما تعنى كلمة « غالبا » تكرار حدوث السلوك أو حدوثه بشكل معتاد .

بينما تستخدم خانة « أخرى » فى إحدى الحالتين الآتيتين :

(١) إذا كان للشخص مشكلات سلوكية بالإضافة إلى تلك التى تم الإشارة إليها ولها ارتباط بها .

(٢) إذا كان للشخص مشكلات سلوكية لم تستولى فى أى من الأمثلة المدرجة والسلوك الذى يندرج فى « أخرى » يجب أن يكون نموذجاً محدداً لمشكلة سلوكية فى مجال المشكلات السلوكية التى يتضمنها البند .

وتصف بعض البنود فى الجزء الثانى سلوكاً لا يعد تكيف سئ بالنسبة إلى الأطفال صغيرى السن جداً (دفع ، أو زق) الآخرين على سبيل المثال ، كما أن مشكلة اعتبار سلوك ما سلوكاً تكيفياً أو غير تكيفى إنما يعتمد على رؤية الأفراد لذلك السلوك الخاص فى مجتمعاتهم . وبالرغم من هذا نعتد استيفاء بنود هذا المقياس مطلوب منك أن تسجل سلوك الشخص بدقة على قدر الإمكان متجاهلاً أثناء ذلك تحيزاتك الشخصية . وعندما تفسر فيما بعد تأثير السلوك الذى تقيمه ، يجب أن تضع فى الاعتبار الاتجاهات السائدة فى مجتمع المفحوص .

الجـــزء الثـــانى

أولاً: العنف والسلوك التدميرى

١) التهديدات أو ممارسة العنف البدنى :

	أحياناً	غالباً
- يستخدم إيماءات تهديدية .	١	٢
- يحدث إصابات فى الآخرين دون عمد .	١	٢
- يبصق على الآخرين .	١	٢
- يدفع أو يخربش أو يعترض طريق الآخرين .	١	٢
- يشد شعر الآخرين وآذانهم ... إلخ .	١	٢
- يعض الآخرين .	١	٢
- يرفس أو يضرب أو يصفع الآخرين .	١	٢
- يلقى الأشياء فى وجه الآخرين .	١	٢
- يخنق الآخرين .	١	٢
- يستخدم الأشياء كأدوات لمحاربة الآخرين .	١	٢
- يؤذى الحيوانات .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٢) تدمير الممتلكات الشخصية :

	أحياناً	غالباً
- يشرُط أو يمزق أو يقطع ملابسه الخاصة فى قسد .	١	٢
- يفسد ممتلكاته الخاصة .	١	٢
- يمزق مجلاته أو كتبه أو ممتلكاته الأخرى .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٣) تدمير ممتلكات الآخرين :

	أحياناً	غالباً
- يشرُط أو يمزق أو يقطع ملابس الآخرين .	١	٢
- يفسد ممتلكات الآخرين .	١	٢
- يمزق مجلات الآخرين أو كتبهم أو ممتلكاتهم الشخصية .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٤) تدمير الممتلكات العامة :

- يمزق كتب أو مجلات أو ممتلكات أخرى عامة .	١	٢
- يتعامل بخشونة مفرطة مع الأثاث (يركله ويفسده أو يلقى به إلى الأرض) .	١	٢
- يكسر النوافذ .	١	٢
- يحشو المرحاض بالأوراق أو المناشف أو أى أشياء صلبة تحدث طفحاً .	١	٢
- يحاول إشعال النيران .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٥) عنف المزاج أو حدته :

- يبكى ويصرخ .	١	٢
- يضرب الأشياء أو الأبواب بقدمه بعنف أثناء إغلاقها .	١	٢
- يضرب بقدميه صارخاً وصائحاً .	١	٢
- يلقى بنفسه على الأرض صارخاً وصائحاً .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

إجمع الدوائر

(١) العنف والسلوك التدميرى ←

من ١ حتى ٥

ثانياً: السلوك المضاد للمجتمع

٦) إهانة الآخرين واغتيابهم :

- اغتياب الآخرين .	١	٢
- يحكى قصصاً غير صادقة أو مبالغ فيها .	١	٢
- يغيظ الآخرين .	١	٢
- يخطف الأشياء من الآخرين .	١	٢
- يهزأ بالآخرين .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٧) التآمر على الآخرين والتلاعب بهم :

- يحاول أن يشير على الآخرين بما يفعلونه . ١ ٢
- يطلب خدمات من الآخرين . ١ ٢
- يحرض الآخرين أو يستقطبهم . ١ ٢
- يحدث صراعاً بين الآخرين . ١ ٢
- يتلاعب بالآخرين لإيقاعهم في مشكلات . ١ ٢
- أخرى (تذكر). ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٨) عرقلة نشاط الآخرين :

- يكون دائماً عقبة في طريق الآخرين . ١ ٢
- يتدخل في نشاط الآخرين على سبيل المثال يسد الممرات أو يفسد ترتيب الأشياء . ١ ٢
- يفسد عمل الآخرين . ١ ٢
- يشتت الآخرين أثناء استغراقهم في عمل ما كالمناقشات أو ألعاب الورق . ١ ٢
- يخطف الأشياء من أيدي الآخرين . ١ ٢
- أخرى (تذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٩) عدم مراعاة الآخرين :

- يزعج الآخرين بفتح النوافذ أو إغلاقها أو تغيير درجة الحرارة . ١ ٢
- يدير التليفزيون أو الراديو أو المسجل بصوت شديد الارتفاع . ١ ٢
- يصدر أصواتاً مرتفعة أثناء انشغال الآخرين بالقراءة . ١ ٢
- يتحدث بصوت مرتفع جداً . ١ ٢
- يتمدد على الأثاث أو في الأماكن التي يحتاج إليها الآخرين . ١ ٢
- أخرى (تذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

١٠) إظهار عدم احترام ممتلكات الغير :

- عدم إرجاع الأشياء التي استعيرت . ١ ٢
- يستخدم ممتلكات الآخرين بدون استئذان . ١ ٢
- يفقد أو يضيع ممتلكات الآخرين . ١ ٢
- يدمر ممتلكات الآخرين . ١ ٢
- لا يفرق بين ممتلكاته وممتلكات الآخرين . ١ ٢
- أخرى (تذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

١١) استخدام لغة غاضبة :

- يستخدم لغة غاضبة مثل « غبى » « أحمق » « خنزير » « قذر » ... إلخ .	١	٢
- يقسم أو يلعن أو يستخدم ألفاظ غير مهذبة .	١	٢
- يصيح أو يصرخ أو يهدد بعنف .	١	٢
- يهدد الآخرين لنشبأ بعدوان بدنى .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

——— لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

إجمع الدرجات

(٢) السلوك غير الاجتماعى ←

من ٦ حتى ١١

ثالثاً: السلوك المتمرد

١٢) تجاهل القوانين أو القواعد المنظمة :

- لديه اتجاهات سلبية تجاه القواعد ولكن يرضخ لها عادة .	١	٢
- يجبر على أن يلتزم بالطابور - على سبيل المثال - طابور الحصول على الطعام أو الشراء ... إلخ .	١	٢
- يعادى القوانين أو القواعد كأن يأكل فى الأماكن الممنوعة أو لا يلتزم بإشارات المرور ... إلخ .	١	٢
- يرفض أن يشارك فى أنشطة مطلوبة سواء فى العمل أو المدرسة ... إلخ .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

——— لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٣) مخالفة التعليمات المطلوبة أو المفروضة :

- يتشاجر إذا وجه إليه أمر مباشر .	١	٢
- يتظاهر بالصمم ولا يتبع التعليمات .	١	٢
- لا يلقى بالاً إلى التعليمات .	١	٢
- يرفض أن يعمل فى موضوع محدد .	١	٢
- يتردد لفترة طويلة قبل أن يقوم بعمل محدد .	١	٢
- يعمل عكس المطلوب .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢

المجموع

——— لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٤) وجود اتجاهات سلبية ومتمردة تجاه السلطة :

- يثير ممثلى السلطة كالمدرسين والقادة والمشرفين ... إلخ	١	٢
- يظهر عدوانية تجاه ممثلى السلطة .	١	٢
- يسخر من ممثلى السلطة .	١	٢
- يدعى أنه يستطيع طرد ممثلى السلطة .	١	٢
- يدعى أن أقرباءه سيحضرون لقتل أو لإيذاء أصحاب السلطة .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٥) عدم الالتزام بالواجبات أو المواعيد المتفق عليها :

- يتأخر عن الأماكن أو الأنشطة المكلف بها .	١	٢
- يفشل في العودة إلى الأماكن المتواجد فيها والمفترض أن يعود إليها بعد تركها	١	٢
على سبيل المثال (الذهاب إلى الحمام أو الجرى لأداء مهمة سريعة إلخ)	١	٢
- يترك مكاناً أو نشاطاً مكلفاً به بدون إذن مثل العمل أو المدرسة .	١	٢
- يبقى لوقت متأخر من الليل خارج البيت أو المستشفى أو المدرسة الداخلية ... إلخ .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٦) الهروب ومحاولة الهرب :

- يحاول الهروب من المستشفى أو المنزل أو من حوش المدرسة .	١	٢
- يهرب من الأنشطة الجماعية كالرحلات القصيرة أو من أتوبيس المدرسة ... إلخ .	١	٢
- يهرب من المستشفى أو المنزل أو حوش المدرسة .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٧) إساءة التصرف فى الجلسات الجماعية :

- يقاطع مناقشة المجموعة بالحديث فى موضوعات لا علاقة لها بموضوع المناقشة .	١	٢
- يفسد الألعاب برفضه اتباع القواعد .	١	٢
- يفسد أنشطة الجماعة بإظهار التمرد وإحداث أصواتاً مرتفعة .	١	٢
- لا يجلس فى مقعده أثناء الحصص أو فى فترة الغناء أو أى جلسات جماعية أخرى .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

(٣) السلوك المتمرد ←── إجمع الدوائر من ١٢ حتى ١٧ [ ]

-٣٨٦٧

رابعاً : السلوك غير المؤتمن

١٨) أخذ ممتلكات الغير بلا استئذان :

- يترتع منه السرقة .	١	٢
- يأخذ ممتلكات الغير إذا لم تحفظ فى مكان أو يغلق عليها .	١	٢
- يأخذ ممتلكات الغير من جيوبهم أو محافظهم أو أدراجهم ... إلخ	١	٢
- يأخذ ممتلكات الغير عن طريق فتح الاقفال أو كسرها .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

١٩) الكذب والغش :

- يغير الحقيقة لمصلحته الشخصية .	١	٢
- يغش فى اللعب وفى الامتحانات والواجبات ... إلخ .	١	٢
- يكذب فيما يتعلق بالمواقف .	١	٢
- يكذب فيما يتعلق بنفسه .	١	٢
- يكذب فيما يتعلق بالآخرين .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــــ لاينطبق عليه أى من العبارات السابقة

(٤) السلوك غير المؤتمن ←―――――― إجمع الدوائر

١٨ ، ١٩

خامساً: السلوك الإنسحابى

٢٠) انعدام الفاعلية :

- يجلس أو يقف فى وضع لا يتغير لفترة زمنية طويلة .	١	٢
- لا يفعل شيئاً بل يجلس ويراقب الآخرين .	١	٢
- يستغرق فى النوم على الكرسى .	١	٢
- يستلقى على الأرض طوال اليوم .	١	٢
- لا يبدو عليه إنه سيتحرك لأى سبب .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ـــــــ لاينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٢١) الإنسحاب :

- يبدو عليه عدم الاهتمام بما حوله	١	٢
- يصعب عليه التواصل أو الاندماج .	١	٢
- متبلد وغير مستجيب انفعالياً .	١	٢
- نظراته شاردة .	١	٢
- يثبت على تعبير واحد .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

______ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٢٢) الخجل :

	١	٢
- يجبن ويخجل في المواقف الاجتماعية .	١	٢
- يداري وجهه في المواقف الجماعية كالحفلات والتجمعات غير الرسمية .	١	٢
- لا يجيد الاختلاط بالآخرين .	١	٢
- يفضل أن يبقى منعزلاً .	١	٢
- أخرى (تذكر) .		
المجموع		

______ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

إجمع الدوائر

(٥) السلوك الإنسحابي ←

٢٢، ٢١

سادساً : السلوك النمطي والتصرفات الشاذة

٢٣) لديه سلوك نمطي :

- ينقر بأصابعه .	١	٢
- دائم الضرب بقدميه .	١	٢
- يحرك يديه حركة ثابتة .	١	٢
- يداوم على ضرب أو حك أو قرص نفسه .	١	٢
- يكرر تحريك أو هز أجزاء من جسمه .	١	٢
- يحرك أو يدير رأسه إلى الأمام وإلى الخلف .	١	٢
- يهز جسمه للخلف وللأمام .	١	٢
- يذرع المكان جيئة وذهاباً .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

______ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٢٤) الأوضاع الغريبة والسلوك الشاذ :

- يحني رأسه ويخبئها .	١	٢
- يجلس وركبتيه تحت ذقنه .	١	٢
- يمشي على أطراف أصابعه .	١	٢
- يستلقي على الأرض ويرفع رجليه في الهواء .	١	٢
- يمشي وأصابعه في أذنيه أو يديه فوق رأسه .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

إجمع الدوائر

(٦) السلوك النمطي والتصرفات الشاذة ◄ــــــــــــ

٢٣ ، ٢٤

سابعاً : السلوك الاجتماعي غير المناسب

٢٥) يسلك سلوكاً غير ملائم في علاقته بالآخرين :

- يتحدث وهو لصيق بوجه الآخرين .	١	٢
- ينفخ في وجه الآخرين .	١	٢
- يتجشأ في وجه الآخرين .	١	٢
- يقبل الآخرين أو يلعقهم .	١	٢
- يعانق أو يحضن الآخرين .	١	٢
- يلمس الآخرين بشكل غير ملائم .	١	٢
- يتعلق بالآخرين لكي لا يدعهم يذهبون .	١	٢
- أخرى (يتذكر) .		
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

درجة دائرة

(٧) السلوك الاجتماعي غير المناسب ◄ــــــــــــ

٢٥

ثامناً : العادات الصوتية غير المقبولة

٢٦) وجود عادات صوتية أو كلامية مزعجة :

- يقهقه بهستيرية .	١	٢
- يتحدث بصوت عال أو يصرخ في وجه الآخرين .	١	٢
- يتحدث إلى نفسه بصوت مرتفع .	١	٢
- يضحك بشكل غير ملائم .	١	٢
- يهدد أو يدمدم أو يصدر أصوات أخرى سيئة .	١	٢
- يكرر كلمة أو جملة مراراً وتكراراً .	١	٢
- يقلد كلام الآخرين .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

درجة دائرة

(٨) العادات الصوتية غير المقبولة ◄ــــــــــــ

٢٦

٢٧) له عادات غريبة وغير مقبولة :

- يشم كل شئ .	١	٢
- يحتفظ بالأشياء في جيوبه أو قمصانه أو ملابسه أو أحذيته بصورة غير ملائمة .	١	٢
- يجذب الخيوط من ملابسه .	١	٢
- يلعب بالأشياء التي يرتديها كحذائه أو خيوطه أو أزراره .. إلخ .	١	٢
- يحتفظ أو يرتدي أشياء غير عادية كدبابيس مشبك أو أغطية زجاجات .	١	٢
- يختزن الأشياء بما فيها الطعام .	١	٢
- يلعب في لعابه أو بصاقه .	١	٢
- يلعب في برازه أو بوله .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

_____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٢٨) له عادات فمية غير مقبولة :

- يسيل لعابه (يريل) .	١	٢
- يضغط على أسنانه بصوت مسموع .	١	٢
- يبصق على الأرض .	١	٢
- يقضم أظافره .	١	٢
- يمضغ أو يمص أصابعه أو أجزاء أخرى من جسمه .	١	٢
- يمضغ أو يمص ملابس الآخرين أو أشياء لا تصلح .	١	٢
- يأكل الأشياء الغير صالحة للأكل .	١	٢
- يشرب من ماء المرحاض .	١	٢
- يضع كل شئ في فمه .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

_____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٢٩) تهديد الملابس أو تمزيقها :

- يمزق الأزرار أو السست .	١	٢
- يخلع أحذيته أو شراباته بصورة غير مقبولة .	١	٢
- يخلع ملابسه في الأوقات غير المناسبة .	١	٢
- يخلع جميع ملابسه عند احتياجه للمرحاض .	١	٢
- يمزق ملابسه .	١	٢
- يرفض أن يرتدي ملابساً .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

_____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٣٠) لديه عادات وميول أخرى غريبة :

- يدقق أكثر مما ينبغي في اختياره للأماكن التي ينام فيها أو يجلس عليها . ١ ٢
- دائم الوقوف في موقع يفضله في النافذة أو على الباب . ١ ٢
- يجلس على أي شئ يهتز . ١ ٢
- يخشى صعود أو نزول السلم . ١ ٢
- لا يحب أن يلمسه أحد . ١ ٢
- يصرخ إذا لمسه أحد . ١ ٢
- أخرى (يذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

إجمع الدوائر

(٩) العادات الغريبة أو غير المتبولة ←

من ٢٧ حتى ٣٠

عاشراً: سلوك إيذاء الذات

٣١) يوجه عدواناً بدنياً إلى ذاته :

- يعض أو يجرح نفسه . ١ ٢
- يلطم أو يضرب نفسه . ١ ٢
- يخبط رأسه أو أجزاء من الجسم تجاه الأشياء . ١ ٢
- يشد شعره أو أذنيه . ١ ٢
- يخربش أو يقرص نفسه مسبباً ألماً . ١ ٢
- يلوث أو يلطخ نفسه . ١ ٢
- يثير الآخرين لإيذائه . ١ ٢
- ينخر فيما لديه من جروح . ١ ٢
- يضع أشياء في أذنيه أو عينيه أو أنفه أو فمه . ١ ٢
- أخرى (تذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

درجة دائرة

(١٠) سلوك إيذاء الذات ←

٣١

إحدى عشر : الميل إلى النشاط الزائد

٣٢) لديه ميل إلى النشاط الزائد :

- يتكلم كثيراً . ١ ٢
- لا يمكث ساكناً لأي فترة من الوقت . ١ ٢
- دائم الجري أو التقفز في الحجرة أو الصالة . ١ ٢
- دائم الحركة أو التسلل . ١ ٢
- أخرى (تذكر) . ١ ٢

المجموع

—— لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

درجة دائرة

(١١) الميل إلى النشاط الزائد ←

٣٢

ثانى عشر : سلوك جنسى شاذ

٣٣) يمارس الاستمناء بشكل غير ملائم :

- يحاول ممارسة الاستمناء علناً .	١	٢
- يمارس الاستمناء أمام الآخرين .	١	٢
- يمارس الاستمناء وسط المجموعة .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٣٤) تعرية الجسم بصورة غير ملائمة :

- يظل معرياً جسمه لغير ضرورة بعد استخدام المرحاض .	١	٢
- يقف فى الأماكن العامة وسرواله إلى أسفل أو ملابسه إلى أعلى .	١	٢
- يعرى نفسه كثيراً أثناء مزاولته لأحد الأنشطة كلعبة أو رقصة أو جلوسه ... إلخ .	١	٢
- يتجرد من ملابسه فى الأماكن العامة أو فى مواجهة نوافذ مفتوحة .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٣٥) لديه ميول جنسية مثلية :

- ينجذب جنسياً إلى أفراد من نفس الجنس .	١	٢
- يقترب من الآخرين ويقوم بأفعال تنم عن الجنسية المثلية .	١	٢
- يمارس نشاطاً جنسياً مثلياً .	١	٢
- أخرى (يذكرها) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

٣٦) سلوك جنسى غير مقبول اجتماعياً :

- يحاول إغراء الآخرين بمظهره أو بأفعاله .	١	٢
- يعانق أو يقبل بحرارة شديدة أمام العامة .	١	٢
- يحتاج إلى مراقبة فيما يتعلق بسلوكه الجنسى .	١	٢
- يرفع ملابس الآخرين أو يفك أزرار ملابسهم ليتحسسهم .	١	٢
- يمارس علاقات جنسية فى الأماكن العامة .	١	٢
- يتميز بالعدوانية الجنسية المفرطة .	١	٢
- يغتصب الآخرين .	١	٢
- يشبع جنسياً بسهولة .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

ـــــــ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

(١٢) سلوك جنسى شاذ ← إجمع الدوائر من ٣٣ حتى ٣٦

ثالث عشر : اضطرابات نفسية

٣٧) الميل إلى المبالغة في تقييم الذات :

- لا يعرف لنفسه حدود .	١	٢
- فكرته غير جيدة عن نفسه .	١	٢
- يتحدث عن خطط المستقبل غير الواقعية .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٣٨) عدم تقبل النقد :

- يسكت عندما يراجعه أحد في حديثه .	١	٢
- ينسحب أو يغضب عندما يوجه له نقداً .	١	٢
- يبتئس عندما يوجه له نقد .	١	٢
- يصرخ ويبكي عندما يراجعه أحد في حديثه .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٣٩) استجابته ضعيفة للإحباط :

- يحمل الآخرين أخطاءه .	١	٢
- ينسحب أو يغضب عندما يشعر بالإحباط .	١	٢
- يبتئس عندما يحبط .	١	٢
- يفقد أعصابه إذا لم ينفذ ما يريد .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٤٠) يحتاج إلى مزيد من الاهتمام والإطراء:

- يحتاج إلى إطراء أو مديح متزايد .	١	٢
- يغير من الاهتمام الذي يحاط به الآخرون .	١	٢
- يحتاج إلى مزيد من تأكيد الثقة به .	١	٢
- يسلك بسذاجة ليحصل على الاهتمام .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	ــــ	ــــ

ــــــ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٤١) إبداء الشعور بالاضطهاد :

- يشكو من الظلم حتى عندما يحصل على نصيب أو ميزة مساوية لما يحصل عليه الآخرون .	١	٢
- يشكو من عدم وجود من يحبه .	١	٢
- يشكو من أن الجميع يتصيدون له الأخطاء .	١	٢
- يشكو من أن الناس يخوضون في سيرته .	١	٢
- يشكو من أن الناس ضده .	١	٢
- يتصرف بشك في الناس .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٤٢) لديه ميول بإدعاء المرض :

- يشكو من مرض فيزيقي مزمن يتخيل وجوده .	١	٢
- يتظاهر بالمرض .	١	٢
- يسلك كالمرضى بعد انتهاء المرض .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

٤٣) لديه مظاهر أخرى للاضطراب الانفعالي :

- يتغير مزاجه بدون سبب ظاهر .	١	٢
- يعاني من أحلام مزعجة .	١	٢
- يبكي أثناء نومه .	١	٢
- يبكي بدون سبب واضح .	١	٢
- لا يتحكم في نفسه انفعالياً .	١	٢
- يتقيأ عندما يتنفس .	١	٢
- يبدو عليه عدم الأمان أو الخوف من الأنشطة اليومية .	١	٢
- له مخاوف غير واقعية .	١	٢
- يكثر من الحديث عن الانتحار .	١	٢
- قام بمحاولة للانتحار .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع		

____ لا ينطبق عليه أي من العبارات السابقة

إجمع الدوائر

(١٣) الاضطرابات النفسية ←

رابع عشر :إستخدام العلاج

٤٤) استخدام العلاج الطبى :

- يستخدم المهدئات .	١	٢
- يستخدم المهضمات .	١	٢
- يستخدم عقاقير مضادة للتشنجات .	١	٢
- يستخدم المنبهات .	١	٢
- أخرى (تذكر) .	١	٢
المجموع	___	___

___ لا ينطبق عليه أى من العبارات السابقة

درجة دائرة

(١٤) استخدام العلاج ←

٤٤

صحيفة تلخيص البيانات

الجزء الأول

أ - تناول الطعام ______ △
ب - استخدام المرحاض ______ △
جـ - النظافة ______ △
د - المظهر ______ △
هـ - العناية بالملابس ______ △
و - ارتداء وخلع الملابس ______ △
ز - الانتقال ______ △
ح - أعمال استقلالية ______ △

١ - العمل الاستقلالي ______ ☐

أ - النمو الحسي ______ △
ب - النمو الحركي ______ △

٢ - النمو الجسمي ______ ☐

أ - التعامل بالنقود وتخطيط الميزانية ______ △
ب - مهارات الشراء ______ △

٣ - النشاط الاقتصادي ______ ☐

أ - التعبير ______ △
ب - الفهم ______ △
جـ - ارتقاء اللغة الاجتماعية ______ △

٤ - ارتقاء اللغة ______ ☐

٥ - الإعداد والوقت ______ ☐

أ - التنظيف ______ △
ب - أعمال المطبخ ______ △
جـ - أعمال منزلية أخرى ______ △

٦ - الأنشطة المنزلية ______ ☐

٧ - النشاط المهني ______ ☐

أ - روح المبادرة ______ △
ب - المثابرة ______ △
جـ - وقت الفراغ ______ △

٨ - التوجيه الذاتي ______ ☐

٩ - تحمل المسئولية ______ ☐

١٠ - التنشئة الاجتماعية ______ ☐

صحيفة تلخيص البيانات
الجزء الثانى

١/ العنف والسلوك التدميرى	☐	١
٢/ السلوك غير الاجتماعى	☐	٢
٣/ السلوك المتمرد	☐	٣
٤/ السلوك غير الموثق	☐	٤
٥/ الانسحاب	☐	٥
٦/ السلوك النمطى والتصرفات الشاذة	☐	٦
٧/ سلوك اجتماعى غير مناسب	☐	٧
٨/ العادات الصوتية غير المقبولة	☐	٨
٩/ العادات الغريبة أو غير المقبولة	☐	٩
١٠/ سلوك إيذاء الذات	☐	١٠
١١/ الميل للنشاط الزائد	☐	١١
١٢/ سلوك جنسى شاذ	☐	١٢
١٣/ اضطرابات نفسية	☐	١٣
١٤/ استخدام العلاج	☐	١٤

التعريـــف : ....

الســـن : ....

الجنــس : ....

تاريخ التطبيق : ....

ملخص البروفيل

لمقياس السلوك التوافقي الجزء الأول

البنيات	١ الأداء الاستقلالي	٢ النمو البدني	٣ النشاط الاقتصادي	٤ ارتقاء اللغة	٥ الأعداد والوقت	٦ الأنشطة المنزلية	٧ النشاط المهني	٨ التوجه الذاتي	٩ تحمل المسئولية	١٠ التنشئة الاجتماعية
ع ٩ (٩٠)										
ع ٨ (٨٠)										
ع ٧ (٧٠)										
ع ٦ (٦٠)										
ع ٥ (٥٠)										
ع ٤ (٤٠)										
ع ٣ (٣٠)										
ع ٢ (٢٠)										
ع ١ (١٠)										
الدرجة										

التعريـــــف : ____________________

الســـــن : ____________________

الجنـــس : ____________________

تاريخ التطبيق : ____________________

ملخـــص البروفيـــل
لمقياس السلوك التوافقي الجزء الثانى

الأبعـــــاد	١ السلوك العدواني	٢ السلوك غير الاجتماعي	٣ السلوك المتمرد	٤ السلوك غير الموثوق	٥ الانسحابي	٦ السلوك النمطي والتصرفات الغريبة	٧ السلوك الاجتماعي غير المناسب	٨ العادات الصوتية غير المقبولة	٩ العادات الغريبة أو غير المقبولة	١٠ سلوك إيذاء الذات	١١ الميل إلى النشاط الزائد	١٢ السلوك الجنسي الشاذ	١٣ الاضطرابات النفسية	١٤ سوء استخدام العقاقير
ع ٩ (٩٠)														
ع ٨ (٨٠)														
ع ٧ (٧٠)														
ع ٦ (٦٠)														
ع ٥ (٥٠)														
ع ٤ (٤٠)														
ع ٣ (٣٠)														
ع ٢ (٢٠)														
ع ١ (١٠)														
الدرجة	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]

مرفق (٤)

خطابات إدارية

كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة

السيد الاستاذ / مديرة موسسة التثقف الفكرى

بحدائق القبة ،

تحية طيبة .. وبعد ،

نتشرف بأن نحيط سيادتكم علما بأن الدارسة / آيات يحيى عبد الحميد

مقيدة بالدراسات العليا بالكلية وقد اجتازت السنة الأولى والثانية (ماجستير - دكتوراه) تمهيدى

للعام الجامعى ٢٠٠٠/٢٠٠١

وسجلت للحصول على درجة الماجستير فى التربية الرياضية بتاريخ ٣٠/١٠/٠١

وعنوان البحث : (تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية على الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنيا) .

وقد حرر ذلك بناء على طلبها ،

برجاء التكرم بتسهيل مهمتها العلمية ،

وتفضلوا سيادتكم بقبول وافر الشكر والاحترام ...

الدراسات العليا	رئيسة القسم	وكيلة الكلية لشئون الدراسات العليا
	هناء	أ.د/ ماجدة اسماعيل
	(هناء الخشاب)	(أ.د / ماجدة اسماعيل)

مرفق (٥)

أسماء السادة الخبراء

اسماء السادة الخبراء الذين ادلوا بآرائهم حول اهم المتغيرات الحركية والنفسية والاجتماعية

م	الاســـــــــم	الوظيفـــــــــة
١	دكتور/ إيهاب محمد عيد	أستاذ مساعد صحة الطفل السلوكية والتطويرية العامة وخبير المشورة التعليمية والوالدية جامعة عين شمس
٢	دكتور/ صفوت فرج	أستاذ علم النفس بكلية آداب جامعة عين شمس ورئيس رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية (رانم)
٣	دكتور/ فريدة أحمد حرزاوي	أستاذ الترويح بكلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان
٤	دكتور/ محمد عاطف كامل	أستاذ علم النفس ورئيس تحرير مجلة الإخصائيين النفسيين المصرية (رانم)
٥	دكتور/ مصطفي حسين باهي	أستاذ علم النفس ووكيل كلية التربية الرياضية للدراسات العليا والبحوث بجامعة المنيا
٦	دكتور / منى أحمد الأزهرى	أستاذ البرامج ورئيس قسم بكلية التربية جامعة حلوان

مرفق (٦)

استمارة استطلاع آراء السادة الخبراء

جامعة حلوان
كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة
قسم التمرينات والجمباز والتعبير الحركي

استمارة استطلاع آراء الخبراء في المجال الرياضي و النفسى

الأستاذ الدكتور/

تقوم الباحثة/ آيات يحيي عبد الحميد عبد الرحيم بإجراء بحث لنيل درجة الماجستير في التربية الرياضية، وموضوعها تأثير برنامج مقترح للتربية الحركية علي الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية للمعاقن ذهنياً.

ولما كان هذا البحث يقتدي التعرف علي آراء الخبراء والمتخصصين في تحديد أهم القدرات الحركية والنفسية والاجتماعية للأطفال المعاقين ذهنياً من فئة القابلين للتعلم، حيث تصل نسبة ذكاء هذه الفئة من (٥٠-٧٠) درجة وعمر زمني ما بين (٩-١٣) وعمر عقلي من (٥-٧) سنوات.

ومن خلاصة ما توصلت إليه الباحثة بالاطلاع علي المراجع العلمية والدراسات السابقة وفي ضوء الخصائص المميزة لهذه الفئة وأهداف البحث تم استخلاص المكونات المرفقة طيه.

يشرفني إبداء رأي سيادتكم وضع علامة (√) وفقاً للمتغيرات ودرجة الأهمية علماً بأن (٥) هي أعلي درجات المقياس، (١) هي أقل درجات المقياس.

وتتقدم الباحثة بخالص شكرها لسيادتكم.

الباحثة

م	درجة الأهمية / أنشطة الكفاءة الحركية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـات
	أولاً: أنشطة مفهوم الذات الجسمية (إدراك فهم الجسم)						
١	**١- [الوقـــــوف]:** الجري وعند سماع الصفارة يقف التلاميذ وتطلب المدرسة منهم لمـس أي جزء من أجزاء الجسم (اليد – الأرجل – الرأس ...الخ)						
٢	**٢- [الوقـــــوف]:** الوثب في المكان وعند سماع الصفارة تشير المدرسة علي جزء من أجزاء الجسم، فيقوم التلاميذ بإخفاء هذا الجزء ويكرر علي جميع أجزاء الجسم.						
٣	**٣- [الوقـــــوف]:** تشير المدرسة إلي جزء من أجزاء الجسم (اليد مثلاً) ثم تسأل التلاميذ عندما كم اليد؟ ...وهكذا علي باقي أجزاء الجسم ويقوم التلاميذ بالإشارة إلي الجزء المطلوب ومعرفة اسمه وعدده.						
٤	**٤- [الوقـــــوف]:** تأمر المدرسة التلاميذ بالآتي: - المس الأذن اليمين باليد اليسري. - المس الكتف الأيسر باليد اليمني. - المس الركبة اليمني بالقدم اليسري.						
٥	**٥- [الوقـــــوف]:** تطلب المدرسة من التلاميذ الجري بحرية في الملعب وعند توقف الموسيقي يشكلون بأجسامهم أوضاع التماثيل.						
٦	**٦- [الوقـــــوف]:** كل تلميذ بيده (جلاجل) ثم يقوم بالخبط بها علي الجزء من الجسم الذي تشير إليه المدرسة.						
٧	**٧- لعبة تركيب الأشكال:** لوحة بها هيكل لرسم رجل علي الحائط ويقوم التلاميذ بلصق الأجزاء المختلفة لرسم الرجل علي الهيكل (بازل)						
٨	**٨- لعبة عكس الإشارة:** يقف التلاميذ علي شكل مربع ناقص ضلع وتقف المدرسة أمامهم ومواجهة لهم، عندما ترفع المدرسة يدها اليمني يرفع التلاميذ اليد العكسية، وعندما تفرد رجلها اليمني للأمام يفرد التلاميذ الرجل العكسية ... وهكذا علي باقي أجزاء الجسم.						

م	درجة الأهمية أنشطة الكفاءة الحركية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظات
٩	٩- لعبة الموسيقي (إبريق الشاي): - تغني المدرسة والأطفال أنا أبريق الشاي، المشي أربع خطوات للأمام والوقوف. - تقوم المدرسة أيدي كده مع ثني اليد اليسري ثبات الوسط ويقلدها التلاميذ. - ثم تكمل وبوزي كده .. مع ثني المرفق الأيمن وتلف اليد للخارج والكف لأسفل. - ثم تكمل أصب الشاي .. مع الثني جانباً لليمين لتمثيل حركة تفريغ الشاي. - ثم تكمل المدرسة وأرجع كده .. مع الرجوع للوضع الابتدائي ثم يكرر						
١٠	١٠- لعبة موسيقية: (الوقوف في دائرة) - تغني المدرسة ويقلدها التلاميذ. - دخل إيدك جوه ... مع التنفيذ بإدخال اليد داخل الدائرة. - طلع إيدك بره ... طلوع اليد خارج الدائرة. - هزاها شوية .. يتم تحريك اليد حركات قصيرة وسريعة. - نط ثلاث نطاط ... الوثب ثلاث مرات. - صقف ثلاث صقفات .. تم الصقف ثلاث مرات. - يكرر علي باقي أجزاء الجسم.						
	ثانياً: أنشطة لمهارات الحركية الأساسية وتربية القوام						
١١	١) تعليم الوقوف: - طرق الوقوف.						
١٢	٢) تعليم المشي: - المشي بأنواعه						
١٣	(٣) تعليم الجري: - الجري في اتجاهات مختلفة						
١٤	(٤) تعليم الوثب: - الوثب بأنواعه						
١٥	(٥) تعليم الزحلقة: - الزحلقة في اتجاهات مختلفة.						
١٦	(٦) تعليم التسلق والتعلق: - التعلق علي عقلة - تسلق سلم رأسي						

م	درجة الأهمية / أنشطة الكفاءة الحركية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظــات
١٧	(٧) تعليم الحجل: - الحجل للأمام. - الحجل للخلف. - الحجل للجانب.						
١٨	(٨) تعليم الدوران: - الدوران حول الجسم - الدوران حول الزميل.						
١٩	(٩) تعليم الرمي والاستلام: - رمي الكرة علي الحائط ثم استلامها. - رمي الكرة للزميل ثم استلامها. - رمي الكرة داخل السلة.						
٢٠	(١٠) تعليم المروق: - المروق أسفل الحبل. - المروق أسفل أيدي الزملاء المتشابكة						
	ثالثاً: أنشطة مهارات التوافق والمرونة • التوافق بين العين واليد:						
٢١	١- [الوقوف ممسكاً بالون] تبادل ضرب البالون باليدين في الهواء						
٢٢	٢- [الوقوف ممسكاً كيس حبوب] وضع صندوق علي بعد ٢م، رمي الكيس داخل الصندوق						
٢٣	٣- [الوقوف ممسكاً طوق صغير] وضع زجاجات ملونة علي بعد ١م. محاولة وضع أطواق علي الزجاجة.						
٢٤	٤- [الوقوف ممسكاً كرة] رمي الكرة لأعلي وعند ارتدادها من الأرض يمسكها ويكرر المحاولة (٤ مرات) التوافق بين العين والقدم:						
٢٥	١- [الوقــــــــوف]: الوثب داخل وخارج الأطواق بالقدمين ٨ مرات						
٢٦	٢- [الوقوف مواجه الحائط] علي بعد ٣م. ركل الكرة علي الحائط.						

م	أنشطة الكفاءة الحركية / درجة الأهمية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـــات
٢٧	٣- [الوقوف مواجه زميل] تبادل ركل الكرة.						
٢٨	٤- [الوقوف قاطرات] - الوثب بالقدمين معاً من طوق لآخر - الوثب بقدم واحدة منطوق لآخر حتى مع التبديل • المرونــــــــة:						
٢٩	١- [الوقـــــــوف] محاولة لمس أصابع القدمين						
٣٠	٢- (الوقوف كل (:) الظهر مواجه الميل للخلف لأقصي مدي لإعطاء الكرة للزميل						
٣١	٣- [الوقـــــــوف] ثني الجذع يميناً أو يساراً لأقصي مدي						
٣٢	٤- [الوقوف الجانب مواجه للحائط] السند علي الحائط مرجحة الرجل اليمني لأقصي مدي أماماً وخلفاً وللجانب ثم الرجل اليسري مع تغيير الاتجاه						
	رابعـــــاً: أنشطة مهارات الرشاقة والتوازن • الرشاقـــــــــــة:						
٣٣	١- [الوقوف علي صندوق خشبي] الوثب علي الأرض ثم يكرر ٤ مرات						
٣٤	٢- [الوقوف علي مقعد سويدي] الوثب علي الأرض مع عمل ربع لفة جهة اليمين لليسار • التـــــــوازن						
٣٥	١- [جثو أفقي] - تبادل رفع الذراعين والثبات عالياً - تبادل رفع الرجلين والثبات عالياً						
٣٦	٢- [الوقوف أمام خط مرسوم علي الأرض] - المشي علي الخط مع تشبيك الذراعين أمام الجسم. - المشي مع وضع كتاب فوق الرأس. - المشي مع غلق العينين.						
٣٧	٣- [الوقـــــــوف] - رفع الرجل اليمني والثبات ثم العكس - نفس الوضع السابق مع رفع عقب الرجل الموضوعة علي الأرض						

م	درجة الأهمية / أنشطة الكفاءة الحركية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـات
	- نفس الوضع السابق مع ملاحظة كرة معلقة تتحرك لليمين واليسار وللأمام وللخلف						
	خامساً أنشطة تنمية القدرة والسرعة والتحمل الدوري التنفسي						
	* القـــــــدرة:						
٣٨	١- [الوقـــــوف] الوثب بالقدمين داخل الأطواق في دائرة						
٣٩	٢- [الوقـــــوف] الوثب بالقدمين لأبعد مسافة						
٤٠	٣- [الوقـــــوف] الوثب لأعلي للمس الحبل						
	* السرعـــــــة						
٤١	١- تتابع المكوك: يرسم خطان للبداية والنهاية بينهما مسافة مناسبة ويقسم التلاميذ إلي مجموعات متساوية، بحيث يقف نصف عدد كل فريق خلف أحد الخطين في مواجهة النصف الأخر وعند إشارة البدء، يجري اللاعب الأول من كل مجموعة من خط البداية ليلمس يد اللاعب الأول في النصف الآخر من مجموعته، ثم يذهب يقف في نهاية قاطره مع الزميل المقابل - تفوز المجموعة التي ينتهي لاعبيها من تبادل أماكنهم أولاً						
٤٢	٢- مسابقـــــة: عمل تصفيات لتحديد أسرع تلميذ.						
	* التحمل الدوري التنفسي						
٤٣	١- [الوقـــــوف] - الجري في المكان بسرعات مختلفة - الجري في المكان مع رفع الركبتين عالياً عدم التوقف إلا عند إشارة المدرسة						
٤٤	٢- [الوقوف انتشـــار] - الجري عكس إشارة المدرسة - الجري مع إشارة المدرسة						

م	أنشطة الكفاءة الحركية	درجة الأهمية ١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـــات
	سادساً: أنشطة إدراك المجال • إدراك المجال والاتجاهات:						
٤٥	١- [الوقـــــوف]: - الجري في اتجاهات مع أو عكس الإشارة - الجري في اتجاهات مختلفة ثم الوقوف قاطرات أو داخل الأطواق أو الطارات الكاوتشوك عند سماع الصفارة						
٤٦	٢- [الوقـــــوف]: إشارة الطفل وفقاً للنداء إلي الاتجاهات التالية (أمام – خلف – أعلي – أسفل – يسار – يمين)						
٤٧	٣- [الوقـــــوف قاطرات]: - المروق أسفل الحبل - المروق داخل أطواق مثبتة رأسياً - المروق داخل صناديق كرتون						
٤٨	٤- [الوقـــــوف]: - الجري الزجزاجي بين الزجاجات الرملية.						
	سابعاً أنشطة إيقاعية (تمييز سمعي) • أنشطة إيقاعية (تمييز سمعي)						
٤٩	١- [الوقوف الظهر مواجه للمدرسة] التلاميذ بإخبارها بالعدد						
٥٠	٢- [الوقـــــوف]: تقوم المدرسة بالتصفيق ثم يقوم التلاميذ بإعادة نفس التصفيق.						
٥١	٣- [الوقـــــوف]: - الجري وعند سماع الصفارة المشي ثم العكس - مسك الكرة والجري في الملعب وعند سماع الصفارة تنطيط الكرة باليد						
	ثامناً: أنشطة ابتكارية وأنشطة إثارة الخيال						
٥٢	١- تقليد الأشياء: - تقدر تقلد القطة لما حد بيعاكسها تعمل إيه ؟ - تقدر تقلد الشجرة لما يكون في هواء شديد بتعمل إيه ؟ - إذا كانت الأرض ساخنة، كيف تمشي عليها؟						

م	أنشطة الكفاءة الحركية / درجة الأهمية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـات
٥٣	٢- أمامك مرتبة، حاول عمل حركات مختلفة عليها						
٥٤	٣- هل يمكن المشي بطرق مختلفة						
٥٥	٤- التحرك بحرية في الملعب مع الموسيقي						
٥٦	وعند توقفها، عمل أي تمثال أو أي شكل بالجسم						
٥٧	٥- باستخدام الحبل، تقوم المدرسة بعمل أشكال						
٥٨	به، وتطلب من الأطفال عمل أشكال مختلفة به						
٥٨	٦- تطلب المدرسة من التلاميذ تقليد صوت						
٦٠	القطر، المطر، الحيوانات المختلفة مع تقليدهم						
٦٠	في طريقة المشي						

م	درجة الأهمية أنشطة الكفاءة النفسية والاجتماعية	١	٢	٣	٤	٥	ملاحظـــات
	أنشطة لتنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية لبناء ونمو الشخصية (اللعب مع الزميل وألعاب صغيرة) ١- لعبة الكراسي الموسيقية: وضع عدد من الكراسي في دائرة مع مراعاة أن تكون أقل من عدد التلاميذ بواحد فقط و عند بداية الموسيقي يجري التلاميذ حول الكراسي وعند توقفها يحاول كل تلميذ الجلوس على كرسي والتلميذ الذي لا يجد له كرسي يخرج من اللعب وهكذا لبداية أخري مع مراعاة أنه في كل بداية أن ينقص عدد الكرات عن عدد التلاميذ بواحد - التلميذ الفائز هو الذي يستطيع أن يجلس علي آخر كرسي ٢- عمل نموذج لمحل بقالة وفكهاني وبائع خضراوات للتعرف علي المواد الشرائية المختلفة وكيفية استعمال النقود وعملية البيع والشراء ٢- عمل نموذج لمحل بقالة والكهاني وبائع خضراوات للتعرف علي المواد الشرائية المختلفة وكيفية استعمال النقود وعملية البيع والشراء ٣- يربط كل تلميذ في قدمه بالون، ويحول كل تلميذ فرقعة بالونات زميله مع الاحتفاظ بالبالون الخاص به، والتلميذ الذي ينجح في الاحتفاظ به حتى النهاية يكون هو الفائز. ٤- الجري الحر في الملعب، وعند توقف الموسيقي، يتجمع التلاميذ حسب العدد الذي تعلنه المدرسة ٥- يقف التلاميذ قاطرات وعلي بعد ١٥م طوق بداخله منديل أصفر، ويمسك التلميذ الأول من كل قاطرة منديل أحمر باليد اليمني، وعند سماع صفارة يجري التلميذ لوضع المنديل الأحمر داخل الطوق ويأخذ المنديل الأصفر ويعود ليسلمه للتلميذ الذي يليه ويكررو القاطرة الفائزة هي التي ينتهي جميع تلاميذها أولاً من الأداء						

مرفق (٧)

استمارة تفريغ بيانات عينة البحث

اسم المختبر: ....

السـن: ....

نسبة الذكاء: ....

ملاحظات أخري: ....

....

....

الجزء الأول

١- السلوك الاستقلالي		قبلي	بعدي
أ- تناول الطعام	١- استخدام أدوات المائدة.		
	٢- الأكل في الأماكن العامة		
	٣- الشـــــــراب		
	٤- عادات تناول الطعام		
ب- استخدام المرحاض	٥-٦ :تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليـــــا		
ج- النظافة	٧- غسيل اليدين والوجه.		
	٨- الاستحمـــــــــام		
	٩- النظافة الشخصية		
	١٠- تنظيف الأسنان		
	١١- الدورة الشهرية		
د- المظهر	١٢- الهيئة العامة		
	١٣- الملابس		
هـ- العناية بالملابس	١٤- العناية بالملابس		
و- ارتداء وخلع الملابس	١٥- الارتداء		
	١٦- خلع الملابس في الأوقات المناسبة		
	١٧- الأحذية		
ز- الانتقال	١٨- ١٩: تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليها		
ح- أعمال استقلالية أخري	٢٠- استخدام التليفون		
	٢١- أعمال استقلالية متنوعة		

٢- النمو الجسمي

أ- النمو الحسي	٢٢- ٢٣: تم عمل تكافؤ في البصر والسمع لأفراد العينة		
ب- النمو الحركي	٢٤- توازن الجسم		
	٢٥- المشي والجري		
	٢٦- التحكم في اليدين		
	٢٧- استخدام الأطراف		

٣- النشاط الاقتصادي		قبلي	بعدي
أ- التعامل بالنقود وتخطيط الميزانية	٢٨- التعامل بالنقود ٢٩- تخطيط الميزانية		
ب- مهارات الشراء	٣٠- المشاوير ٣١- الشـــــراء		

٤- ارتقاء اللغة

أ- التعبير	٣٢- الكتابة ٣٣- التعبير اللفظي ٣٤- الكـــــلام ٣٥- استخدام الجمل ٣٦- استخدام الكلمات		
ب- الفهـــــم	٣٧- القراءة ٣٨- التعليمات المركبة		
ج- ارتقاء اللغة الاجتماعية	٣٩- المحادثة ٤٠- مظاهر أخري لارتقاء اللغة		

٥- الإعداد والوقت

	٤١- الإعداد ٤٢- الوقت ٤٣- مفهوم الوقت		

٦-الأنشطة المنزلية

أ- التنظيف ب- أعمال المطبخ ج- أعمال منزلية أخري	٤٤- ٤٩ تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليها		

٧- النشاط المهني

	٥٠- مستوي تعقد المهنة ٥١- مستوي الأداء المهني ٥٢- عادات العمل		

بعدي	قبلي	٨- التوجيه الذاتي	
		٥٣- روح المبادرة ٥٤- السلبية ٥٥- الانتبـــــــاه	أ- روح المبادرة
		٥٦- المثابرة	ب- المثابرة
		٥٧- أنشطة وقت الفراغ	ج- وقت الفراغ

٩- تحمل المسئولية

		٥٨ الممتلكات الشخصية	
		٥٩-تحمل المسئولية عموماً	

١٠- التنشئة الاجتماعية

		٦٠- تعاون ٦١ وضع الآخرين في الاعتبار ٦٢ الوعي بالآخرين ٦٣- التفاعل مع الآخرين ٦٤- الإشتراك في الأنشطة الجماعية ٦٥- الأنانية ٦٦- النضج الاجتماعي	

الجزء الثاني

أولاً: العنف والسلوك التدميري	قبلي	بعدي
١- التهديدات أو ممارسة العنف البدني ٢- تدمير الممتلكات الشخصية ٣- تدمير ممتلكات الآخرين ٤- تدمير الممتلكات العامة ٥- عنف المزاج أو حدته		
ثانياً: السلوك المضاد للمجتمع		
٦- إغاظة الآخرين واغتيابهم ٧- التآمر علي الآخرين والتلاعب بهم ٨- عرقلة نشاط الآخرين ٩- عدم مراعاة الآخرين ١٠- إظهار عدم احترام ممتلكات الغير ١١- استخدام لغة غاضبة		
ثالثاً: السلوك المتمرد		
١٢- تجاهل القوانين أو القواعد المنظمة ١٣- مخالفة التعليمات المطلوبة أو المفروضة ١٤- وجود اتجاهات سلبية ومتمردة تجاه السلطة ١٥- عدم الالتزام بالواجبات أو المواعيد المتفق عليها ١٦- الهروب ومحاولة الهرب ١٧- إساءة التصرف في الجلسات الجماعية		
رابعاً: السلوك غير المؤتمن		
١٨- أخذ ممتلكات الغير بلا استئذان ١٩- الكذب والغش		
خامساً: السلوك الانسحابي		
٢٠- انعدام الفاعلية ٢١- الانسحـــــــاب ٢٢- الخجـــــــل		

-٧/٢--

صحيفة تلخيص البيانات

الجزء الأول	قبلي	بعدي
أ- تناول الطعام		
ب- استخدام المرحاض	تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليها	
ج- النظافة		
د- المظهر		
هـ- العناية بالملابس		
و- ارتداء وخلع الملابس		
ز- الانتقال	تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليها	
ح- أعمال اسنقلالية		
١- العمل الاستقلالي		
أ- النمو الحسي	تم عمل تكافؤ لأفراد العينة	
ب- النمو الحركي		
٢- النمو الجسمي		
أ- التعامل بالنقود وتخطيط الميزانية		
ب- مهارات الشراء		
٣- النشاط الاقتصادي		
أ- التعبيــــر		
ب- الفهـــم		
ج- ارتقاء اللغة الاجتماعية		
٤- ارتقاء اللغة		
٥- الإعداد والوقت		
٦- الأنشطة المنزلية	تم تجاهلها لعدم حاجة البحث إليها	
٧- النشاط المهني		
أ- روح المبادرة		
ب- المثابرة		
ج- وقت الفراغ		
٨- التوجيه الذاتي		
٩- تحمل المسئولية		
١٠- التنشئة الاجتماعية		

سادساً: السلوك النمطي والتصرفات الشاذة	قبلي	بعدي
٢٣- لديه سلوك نمطي ٢٤- الأوضاع الغريبة والسلوك الشاذ		
سابعاً: السلوك الاجتماعي غير المناسب		
٢٥- يسلك سلوك غير ملائم في علاقته مع الآخرين		
ثامناً: العادات الصوتية غير المقبولة		
٢٦- وجود عادات صوتية أو كلامية مزعجة		
تاسعاً: العادات الغريبة أو غير المقبولة		
٢٧- له عادات غريبة وغير مقبولة ٢٨- له عادات فمية غير مقبولة ٢٩- تبديد الملابس أو تمزيقها ٣٠- له عادات وميول أخري غريبة		
عاشراً: سلوك إيذاء الذات		
٣١- يوجه عدواناً بدنياً إلي ذاته		
إحدي عشر: الميل إلي النشاط الذائد		
٣٢- لديه ميل إلي النشاط الزائد		
ثاني عشر: سلوك جنسي شاذ		
٣٣-٣٦: تم تجاهلهم لعدم توافقهما مع المجتمع		
ثالث عشر: اضطرابات نفسية		
٣٧- الميل إلي المبالغة في تقييم الذات ٣٨- عدم تقبل النقد ٣٩- استجابته ضعيفة للإحباط ٤٠- يحتاج إلي مزيد من الاهتمام أو الإطراء ٤١- إبداء الشعور بالاضطهاد ٤٢- لديه ميول بادعاء المرض ٤٣- لديه مظاهر أخري للاضطراب الانفعالي		
رابع عشر: استخدام العلاج		
٤٤- استخدام العلاج الطبي		

صحيفة تلخيص البيانات

الجزء الثاني	قبلي	بعدي
١- العنف والسلوك التدميري		
٢- السلوك غير الاجتماعي		
٣- السلوك المتمرد		
٤- السلوك غير المؤتمن		
٥- الانسحـــــاب		
٦- السلوك النمطي والتصرفات الشاذة		
٧- سلوك اجتماعي غير مناسب		
٨- العادات الصوتية غير المقبولة		
٩- العادات الغريبة أو غير المقبولة		
١٠- سلوك إيذاء الذات		
١١- الميل للنشاط الزائد		
١٢- سلوك جنسي شاذ	تم تجاهلها لعدم توافقها مع المجتمع	
١٣- اضطرابات نفسية		
١٤- استخدام العلاج		

اختبارات الكفاءة الحركية

الاختبــــــــــارات	قبلي	بعدي
١- التعلق ثني الذراعين (ث)		
٢- ٤٥م عدو (ث)		
٣- ٢٧٠م جري ومشي (ث)		
٤- الجلوس من الرقود ٣٠ث (عدد مرات)		
٥- الوثب العريض من الثبات (سم)		
٦- رمي كرة ناعمة لمسافة (سم)		
٧- الجلوس الطويل والوصول (سم)		
٨- الحجل (درجات)		
٩- الوثب علي قدم واحدة (درجات)		
١٠- حركات البراعة (درجات)		
١١- التصويب علي الهدف (درجات)		

مرفق (٨)

محتوي برنامج التربية الحركية المقترح

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
أولاً: أنشطة مفهوم الذات الجسمية (إدراك فهم الجسم)	التعرف علي أجزاء الجسم المختلفة وإدراك إمكانياتها ومداها وطريق استعمالها والتحكم فيها	١- [الوقوف]: الجري وعند سماع الصفارة يقف التلاميذ وتطلب المدرسة منهم لمس أي جزء من أجزاء الجسم (اليد – الأرجل – الرأس ...الخ) ٢- [الوقوف]: الوثب في المكان وعند سماع الصفارة تشير المدرسة علي جزء من أجزاء الجسم، فيقوم التلاميذ بإخفاء هذا الجزء ويكرر علي جميع أجزاء الجسم. ٣- [الوقوف]: تشير المدرسة إلي جزء من أجزاء الجسم (اليد مثلاً) ثم تسأل التلاميذ عندما كم اليد؟ ...وهكذا علي باقي أجزاء الجسم ويقوم التلاميذ بالإشارة إلي الجزء المطلوب ومعرفة اسمه وعدده.	صفارة
	تنمية إدراك الجسم والتوافق	٤- [الوقوف]: تأمر المدرسة التلاميذ بالآتي: – المس الأذن اليمين باليد اليسري. – المس الكتف الأيسر باليد اليمني. – المس الركبة اليمني بالقدم اليسري.	
	تنمية إدراك الجسم وإثارة الخيال والابتكار	٥- [الوقوف]: تطلب المدرسة من التلاميذ الجري بحرية في الملعب وعند توقف الموسيقي يشكلون بأجسامهم أوضاع التماثيل. ٦- [الوقوف]: كل تلميذ بيده (جلاجل) ثم يقوم بالخبط بها علي الجزء من الجسم الذي تشير إليه المدرسة.	كاسيت

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة مفهوم الذات الجسمية (إدراك فهم الجسم)	التعرف علي إدراك الجسم وتنمية الذكاء يساعد علي تنمية ومعرفة الاتجاهات	**٧- لعبة تركيب الأشكال:** لوحة بها هيكل لرسم رجل علي الحائط، ويقوم التلاميذ بلصق الأجزاء المختلفة لرسم الرجل علي الهيكل (بازل) **٨- لعبة عكس الإشارة:** يقف التلاميذ علي شكل مربع ناقص ضلع وتقف المدرسة أمامهم ومواجهة لهم، عندما ترفع المدرسة يدها اليمني يرفع التلاميذ اليد العكسية، وعندما تفرد رجلها اليمني للأمام يفرد التلاميذ الرجل العكسية ... وهكذا علي باقي أجزاء الجسم. **٩- لعبة الموسيقي (إبريق الشاي):** - تغني المدرسة والأطفال أنا أبريق الشاي، المشي أربع خطوات للأمام والوقوف. - تقوم المدرسة أيدي كده .. مع ثني اليد اليسري ثبات الوسط ويقلدها التلاميذ. - ثم تكمل وبوزي كده .. مع ثني المرفق الأيمن وتلف اليد للخارج والكف لأسفل. - ثم تكمل أصب الشاي .. مع الثني جانباً لليمين لتمثيل حركة تفريغ الشاي. - ثم تكمل المدرسة وأرجع كده .. مع الرجوع للوضع الابتدائي. - ثم يكرر **١٠- لعبة موسيقية:** **(الوقوف في دائرة)** - تغني المدرسة ويقلدها التلاميذ. - دخل إيدك جوه ... مع التنفيذ بإدخال اليد داخل الدائرة. - طلع إيدك بره ... طلوع اليد خارج الدائرة. - هزاها شوية .. يتم تحريك اليد حركات قصيرة وسريعة. - نط ثلاث نطاط ... الوثب ثلاث مرات. - صقف ثلاث صقفات .. تم الصقف ثلاث مرات. - يكرر علي باقي أجزاء الجسم.	بازل لرجل من الكرتون وصمغ وصناديق كرتون

الأدوات	التمرينات والأنشطة	الهدف منها	أنشطة برنامج التربية الحركية
	١١- [الوقوف]: - العمل علي معرفة الطفل بكل ما يمكن أن يفعله كل جزء من الجسم كالشم والتنفس عن طريق الأنف، تحريك اليد في كل الاتجاهات، طلوع ونزول، دوران، مسك، مع العمل علي تعريف الطفل بالأجزاء الدقيقة كالرموش والأظافر.	معرفة قدرات أعضاء الجسم المختلفة	تابع أنشطة مفهوم الذات الجسمية (إدراك فهم الجسم)
مكعبات خشبية طباشير أدوات صغيرة أطواق	١) تعليم الوقوف: - الوقوف علي أطراف الأصابع. - الوقوف علي الكعبين. - الوقوف علي قدم واحدة. - الوقوف علي مكعبات خشبية. ٢) تعليم المشي: - المشي للأمام. - المشي للخلف. - المشي للجانب. - المشي علي أطراف الأصابع. - المشي علي الكعبين. - المشي علي الركبتين. - المشي علي نقاط مرسومة علي الأرض. - المشي علي إيقاعات منتظمة. (٣) تعليم الجري: - الجري للأمام. - الجري للخلف. - مسابقات جري لنقل أدوات مختلفة. (٤) تعليم الوثب: - الوثب العمودي. - الوثب العريض. - الوثب عل نقاط مرسومة علي الأرض. - الوثب داخل الأطواق. - الوثب علي مرع أعداد بالترتيب.	تعليم الوقفة الصحيحة والمشي والجلوس الصحي السليم يساعد علي التخلص والوقاية من التشوهات القوامية.	ثانياً: أنشطة المهارات الحركية الأساسية وتربية القوام

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة المهارات الحركية الأساسية وتربية القوام	تعليم المهارات الأساسية يساعد علي التخلص والوقاية من التشوهات القوامية.	**(٥) تعليم الزحلقة:** - الزحلقة الجانبية. - الزحلقة الأمامية. - الزحلقة في دائرة. **(٦) تعليم الدفع والجذب:** - دفع الحائط. - جذب الزميل. - لعبة شد الحبل. - رفع أحمال من علي الأرض. **(٧) تعليم التسلق والتعلق:** - التعلق علي عقلة - تسلق سلم رأسي **(٨) تعليم المرجحة:** - مرجحة الذراعين. - مرجحة الأرجل. - مرجحة باستخدام أدوات **(٩) تعليم الحجل:** - الحجل للأمام. - الحجل للخلف. - الحجل للجانب. **(١٠) تعليم الدوران:** - الدوران حول الجسم - الدوران حول الزميل. **(١١) تعليم المسك:** - مسك الكرة. - مسك الأدوات. - الجري ثم مسك الزميل.	أشولة صغيرة سلم أطواق شرائط إيشاربات كور عصي

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة المهارات الحركية الأساسية وتربية القوام		**(١٢) تعليم الرمي والاستلام:** - رمي الكرة علي الحائط ثم استلامها. - رمي الكرة للزميل ثم استلامها. - رمي الكرة داخل السلة. **(١٣) تعليم الركل:** - ركل الكرة للحائط. - ركل الكرة للزميل. **(١٤) تعليم المروق:** - المروق أسفل الحبل. - المروق أسفل أيدي الزملاء المتشابكة	حبل
ثالثاً: أنشطة مهارات التوافق والمرونة	التوافق يساعد علي تنمية قدرة الطفل علي تنمية التركيز والمتابعة البصرية مما يساعد بالتالي علي الليونة في الحركة. كذلك علي التوجيه الفراغي. والمرونة تساعد علي انسيابية وسرعة الحركة وتعمل علي تقنين الجهد المطلوب للحركة وتقليله	* التوافق بين العين واليد: ١- [الوقوف ممسكاً بالون] تبادل ضرب البالون باليدين في الهواء ٢- [الوقوف ممسكاً كيس حبوب] وضع صندوق علي بعد ٢م، رمي الكيس داخل الصندوق ٣- [الوقوف ممسكاً طوق صغير] وضع زجاجات ملونة علي بعد ١م. محاولة وضع أطواق علي الزجاجة. ٤- [الوقوف ممسكاً كرة] رمي الكرة لأعلي وعند ارتدادها من الأرض يمسكها ويكرر المحاولة (٤ مرات). ٥- [وقوف مواجه زميل] تبادل رمي الكرة تبادل دحرجة الكرة	بالونات أكياس حبوب صناديق أطواق صغيرة زجاجات ملونة كور

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة مهارات التوافق والمرونة		٦- [وقوف مواجه] يمشي التلميذ بين خطين مرسومين علي الأرض مع رفع مكعبات ملونة علي اليمين، فيقوم بأخذ المكعب باليد اليمني ويضعه علي الأرض باليد اليسري علي الأرض.	مكعبات ملونة صغيرة
		٧- [وقوف مواجه] وضع عدد من الزجاجات الاستكلز في مجموعة مع بعضها البعض، ويقوم كل تلميذ بمسك كرة بلاستيك صغيرة ويقوم بالتصويب علي الاستكلز	زجاجات خشبية (إسكتلز) كور بلاستيك صغيرة ملونة
		التوافق بين العين والقدم: ١- [الوقوف]: الوثب داخل وخارج الأطواق بالقدمين ٨ مرات	أطواق كبيرة
		٢- [الوقوف مواجه الحائط] علي بعد ٣م. ركل الكرة علي الحائط. ٣- [الوقوف مواجه زميل] تبادل ركل الكرة. ٤- [الوقوف قاطرات] - الوثب بالقدمين معاً من طوق لآخر - الوثب بقدم واحدة منطوق لآخر حتى مع التبديل	
		٥- [وقوف مواجه] - الحجل علي قدم واحدة مع عبور عصي علي الأرض ويكرر بالقدم الأخري	عصي
		٦- [وقوف مواجه] ممسكاً بكرة تنس بين الرجلين، القفز داخل الطوق بالقدمين ومحاولة عدم إسقاط الكرة	كور تنس
		* المرونة: ١- [الوقوف] محاولة لمس أصابع القدمين	

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابـــع أنشطــــة مهـــارات التوافـــق والمـــرونة		٢- (الوقوف كل (:) الظهر مواجه الميل للخلف لأقصي مدي لإعطاء الكرة للزميل ٣- [الوقـــوف] ثني الجذع يميناً أو يساراً لأقصي مدي ٤- [الوقوف الجانب مواجه للحائط] السند علي الحائط مرجحة الرجل اليمني لأقصي مدي أماماً وخلفاً وللجانب ثم الرجل اليسري مع تغيير الاتجاه ٥- (الوقـــوف) - لفت الرأس يميناً ويساراً - تحريك الرأس أماماً وخلفاً - دوران الرقبة دورة كاملة ثم العكس ويكرر ٤ مرات	
رابعـــاً: أنشطــــة مهـــارات الرشاقـــة والتـــوازن وحركـــات البراعـــة	تساعد الطفل علي التحرك بتحكم عال وسرعة وتقليل الجهد الحركي مما يزيد من ثقة الطفل بنفسية وبقدراته	* الرشاقـــــة: ١- [الوقوف علي صندوق خشبي] الوثب علي الأرض ثم يكرر ٤ مرات ٢- [الوقوف علي مقعد سويدي] الوثب علي الأرض مع عمل ربع لفة جهة اليمين لليسار ٣- [الوقوف مواجه عارضة توازن موضوعة علي الأرض] - الوثب لتخطية العارضة - الحجل لتخطية العارضة - الوثب لتخطية العارضة مع عمل نصف لفة ٤- [الوقـــوف] الوثب علي أرقام مختلفة علي الأرض بالترتيب	صناديق خشبية مقاعد سويدي عارضة توازن طباشير

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابـــــع أنشطـــــــة مهـــــارات الرشاقـــــة والتـــــوازن وحركـــــات البراعـــــة		٥- (وقوف بين زميلين مواجهين لبعضهم) ربط أستيك علي ركبة الزميلين، الوثب خارج جهتي الأستيك مع تغيير الاتجاه. * التـــــوازن ١- [جثو أفقي] - تبادل رفع الذراعين والثبات عالياً - تبادل رفع الرجلين والثبات عالياً ٢- [الوقوف أمام خط مرسوم علي الأرض] - المشي علي الخط مع تشبيك الذراعين أمام الجسم. - المشي مع وضع كتاب فوق الرأس. - المشي مع غلق العينين. ٣- [الوقـــــوف] - رفع الرجل اليمني والثبات ثم العكس - نفس الوضع السابق مع رفع عقب الرجل الموضوعة علي الأرض - نفس الوضع السابق مع ملاحظة كرة معلقة تتحرك لليمين واليسار وللأمام وللخلف ٤- [الوقوف علي مقعد سويدي] - المشي والدوران للعودة لمكان البداية - المشي مع تخطي عائق علي المقعد - المشي مع تركيز النظر علي المدرسة مع تنفيذ الأوامر ٥- مسابقـــــــة - خط بداية ونهاية علي مسافة مناسبة يوضع علي خط البداية عدد أربع أوعية بها ماء وعلي خط النهاية أربع أوعية أخري فارغة ومقابلة للأوعية الأولي، يقف كل طفل أمام خط البداية ومعه كوب، عند بدء الموسيقي يقوم كل طفل بملء الكوب وتفريغه في الوعاء الفارغ علي خط النهاية والرجوع لملء الكوب ثانية، وهكذا حتى تنتهي الموسيقي، الفائز يكون صاحب الوعاء ذو الماء الأكثر	أساتك كتب كرة معلقة أوعية أكواب

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة مهارات الرشاقة والتوازن وحركات البراعة		* حركات البراعة: ١- [رقود] لف الجسم لفة كاملة جهة اليمين أو اليسار مرة واحدة ثم مرتان ثم ثلاث ثم أربع ٢- [جثو] الجثو علي رسم لنجمة علي الأرض ٣- تعليم الدحرجة: - الأمامية - الجانبية - الخلفية مع محاولة الوقوف بدون سند لليدين علي الأرض	مراتب مراتب
خامساً أنشطة تنمية القدرة والسرعة والتحمل الدوري التنفسي	يساعد علي سهولة الحركة والقدرة علي تحمل التعب وقوة الأداء وتحسين مستوي الأداء حيث أن فهذه الفئة تمتاز بسرعة التعب	* القدرة: ١- [الوقوف] الوثب بالقدمين داخل الأطواق في دائرة ٢- [الوقوف] الوثب بالقدمين لأبعد مسافة ٣- [الوقوف] الوثب لأعلي للمس الحبل ٤- (الوقوف) رمي كيس الحبوب لأقصي مسافة * السرعة ١- تتابع المكوك: يرسم خطان للبداية والنهاية بينهما مسافة مناسبة ويقسم التلاميذ إلي مجموعات متساوية، بحيث يقف نصف عدد كل فريق خلف أحد الخطين في مواجهة النصف الآخر وعند إشارة البدء، يجري اللاعب الأول من كل مجموعة من خط البداية ليلمس يد اللاعب الأول في النصف الآخر من مجموعته، ثم يذهب يقف في نهاية قاطره مع الزميل المقابل - تفوز المجموعة التي ينتهي لاعبيها من تبادل أماكنهم أولاً	أطواق حبل أكياس حبوب

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابـــــع أنشطـــــة تنميـــــة القـــــدرة والسرعـــــة والتحمـــــل الـــــدوري التنفســـــي		٢- نقل الأدوات: يقسم التلاميذ إلي مجموعتان، كل مجموعة بجانبها أدوات خفيفة الوزن، عند إشارة البدء يجري تلميذ من كل مجموعة لنقل أداة واحدة إلي داخل الوعاء المخصص المواجه لمجموعته ثم العودة للمس يد زميله في المجموعة الذي يكرر ما قام به وهكذا. - الفريق الفائز هو الذي يقوم بنقل كل أدواته أولاً ٣- لعبة القط والفأر: يقسم التلاميذ إلي مجموعتين، مجموعة تطلق علي نفسها القطط، والمجموعة الأخري فئران، ثم يقوم القطط بالجري وراء الفئران عند سماع الإشارة - الفائز هو آخر تلميذ تستطيع القطط إمساكه ٤- مسابقـــــة: عمل تصفيات لتحديد أسرع تلميذ. * التحمل الدوري التنفسي ١- [الوقـــــوف] - الجري في المكان بسرعات مختلفة - الجري في المكان مع رفع الركبتين عالياً عدم التوقف إلا عند إشارة المدرسة ٢- [الوقوف انتشـــــار] - الجري عكس إشارة المدرسة - الجري مع إشارة المدرسة	صناديق أدوات صغيرة الحجم صفارة

الأدوات	التمرينات والأنشطة	الهدف منها	أنشطة برنامج التربية الحركية
كاسيت	٣- [الوقـــــــوف] - الجري حول الملعب حتى توقف الموسيقي ٤- [الوقـــــــوف] الجري المكوكي لمس الحائط والرجوع لأكبر عدد من المرات بدون توقف.		تابع أنشطـــــــة تنميـــــــة القـــــدرة والسرعـــــة والتحمـــــل الـــــدوري التنفســـــي
صفارة بلارات كاوتشوك أطواق حبل صناديق كرتون زجاجات رملية	* إدراك المجال والاتجاهات: ١- [الوقـــــــوف]: - الجري في اتجاهات مع أو عكس الإشارة - الجري في اتجاهات مختلفة ثم الوقوف قاطرات أو داخل الأطواق أو الطارات الكاوتشوك عند سماع الصفارة ٢- [الوقـــــــوف]: إشارة الطفل وفقاً للنداء إلي الاتجاهات التالية (أمام - خلف - أعلي - أسفل - يسار - يمين) ٣- [الوقـــــــوف قاطرات]: - المروق أسفل الحبل - المروق داخل أطواق مثبتة رأسياً - المروق داخل صناديق كرتون ٤- [الوقـــــــوف]: - الجري الزجزاجي بين الزجاجات الرملية. ٥- [الوقـــــــوف]: - المشي للأمام ٤ خطوات ثم التصفيق ٤مرات - يكرر للخف - يكرر يمين ثم يسار	تساعد علي معرفة كيفية التحرك في الأجواء المحيطة وتحديد الاتجاهات وتمييز الأشياء عن بعضها البعض وتنمية القدرة علي الملاحظـــــة	سادساً: أنشطـــــــة إدراك المجال والاتجاهـــات والأشكـــــــال

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابـــع أنشطـــة إدراك المجال والاتجاهـات والأشكـال		٦- [الوقـــوف في دائرة]: يقف التلاميذ متشابكي الأيدي ثم يقوم تلميذ بالمروق من أسفل الأيدي زجزاجياً ثم الوصول لمكانه وهكذا باقي التلاميذ.	
		٧- [الوقـــوف]: - عند سماع الموسيقي يجري التلاميذ. - عند توقفها يقفوا علي شئ مرتفع - عند سماع الصفارة للجلوس تربيع علي الأرض.	كاسيت
		* إدراك الأشكال ١- [الوقـــوف]: رسم ثلاثة دوائر مختلفة الأحجام وإحضار ثلاث كرات مختلفة (كبيرة - متوسطة - صغيرة) ثم يقوم التلميذ بوضع كل كرة في الدائرة المناسبة	طباشير كور
		٢- رسم أشكال مختلفة علي الأرض ثم تطلب المدرسة من التلاميذ الإشارة إلي الشكل الذي يمثل النداء	لوحات كرتون
		٣- جري كل ٤ تلاميذ معاً وعند الإشارة يقوم التلاميذ بتكوين الشكل المطلوب (مثلث - دائرة - مربع)	
		٤- رسم دوائر - مربعات - حيوانات علي الحائط، ويمسك التلاميذ بكور وعند نداء المدرسة علي أحد الأشكال يرمي التلاميذ الكور علي الشكل المطابق للنداء	
		٥- رسم أشكال مختلفة علي الأرض وعند النداء يقف التلاميذ علي الشكل المطلوب	
		٦- الجري وعند سماع الإشارة بتجميع عدد من التلاميذ مع بعضهم حسب العدد المطلوب	صفارة
		٧- عدد كبير من الكور البلاستيك الملونة علي الأرض، عند إشارة المدرسة يجلب التلاميذ الكرات ذات اللون المطلوب لوضعه داخل الصندوق	كور بلاستيك صغيرة ملونة

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
سابعاً أنشطة إيقاعية (تمييز سمعي) وتحكم عضلي عصبي	تساعد علي تنمية الجهاز الحركي للطفل عن طريق مساعدته علي التحرك بحرية مع الموسيقي مما يساعد علي إكسابهم الحسي الحركي والتوافق وتنمية العضلات الكبيرة وإصلاح التشوهات القوامية والوقاية من حدوثها	* أنشطة إيقاعية (تمييز سمعي) ١- [الوقوف الظهر مواجه للمدرسة] التلاميذ بإخبارها بالعدد ٢- [الوقوف]: تقوم المدرسة بالتصفيق ثم يقوم التلاميذ بإعادة نفس التصفيق. ٣- [الوقوف]: - الجري وعند سماع الصفارة المشي ثم العكس - مسك الكرة والجري في الملعب وعند سماع الصفارة تنطيط الكرة باليد ٤- [الوقوف]: - أداء جمل حركية بالأطواق بالمصاحبة الموسيقية ٥- [الوقوف]: - تقليد صوت المطر عن طريق الصقفة وهي بطيئة ثم تسرع عندما يزداد المطر. - تقليد صوت القطار عند إقلاعه من المحطة وعندما تزداد سرعته. التحكم العضلي العصبي: ١- [الوقوف علي قدم واحدة]: الحجل ٤ مرات متتالية ثم التبديل ٢- [الوقوف]: الحجل مع تبادل القدم للأمام (١-٢) للجانب (٣-٤) للأمام (٧-٨) مع المصاحبة الموسيقية ٣- [الوقوف]: المشي في المكان أربع خطوات ثم التصفيق أربع مرات ويكرر ٤ مرات مع مسك جلاجل باليدين والمصاحبة الموسيقية	دف صفارة كرة أطواق كاسيت

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابـــــــع أنشطـــــــة إيقاعيـــــــة (تمييز سمعي) وتحكـــــم عضلــــــي عصبــــــي		٤- [الوقـــوف]: - الوثب للأمام علي خط مرسوم علي الأرض مع الإشارة - الوثب في المكان بسرعات مختلفة ٥- [الوقـــوف]: الجري عند سماع الموسيقي وعند توقفها تطلب المدرسة من التلاميذ عمل أي وضع (الجلوس - الرقود - التربيع .... الخ) ٦- [الوقوف انتشار]: يمسك التلاميذ بأدوات مختلفة وعند سماع الصفارة يرمي التلاميذ هذه الأدوات بعيداً، ثم الوثب بالقدمين خلفها وإرجاعها مرة أخري	كاسيت كور، أطواق نماذج
ثامناً: أنشطـــــــة ابتكاريـــــــة وأنشطـــــــة إثـــــــارة الخيـــــــال	تساعد علي تنمية القدرة علي التفكير واستخدام المفردات العقلية في المواقف المختلفة	١- تقليد الأشياء: - تقدر تقلد القطة لما حد بيعاكسها تعمل إيه ؟ - تقدر تقلد الشجرة لما يكون في هواء شديد بتعمل إيه ؟ - إذا كانت الأرض ساخنة، كيف تمشي عليها؟ ٢- أمامك مرتبة، حاول عمل حركات مختلفة عليها ٣- هل يمكن المشي بطرق مختلفة ٤- التحرك بحرية في الملعب مع الموسيقي وعند توقفها، عمل أي تمثال أو أي شكل بالجسم ٥- باستخدام الحبل، تقوم المدرسة بعمل أشكال به، وتطلب من الأطفال عمل أشكال مختلفة به ٦- تطلب المدرسة من التلاميذ تقليد صوت القطر، المطر، الحيوانات المختلفة مع تقليدهم في طريقة المشي	مرتبة كاسيت حبل

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة ابتكارية وأنشطة إثارة الخيال		٧- تقوم المدرسة بتوزيع عصي بطول ٥ سم علي التلاميذ، وتطلب عمل أشكال مختلفة بها، يسمح باشتراك أكثر من تلميذ	عصي
		٨- سلة عليها أدوات مختلفة (شرائط - عصي مكعبات ... الخ) تطلب المدرسة من التلاميذ اختيار أداة ثم يحاول كل تلميذ أن يفعل أي شئ بها	شرائط مكعبات لوح كرتون أقلام
		٩- تسأل المدرسة التلاميذ الآتي: حرف (أ) زي إيه ... أرنب مين يقدر يقلد الأرنب وهو بيجري، حرب (ب) زي إيه .. بطة، مين يقدر يقلد البطة وهي بتمشي عشان تروح تعوم في الترعة	نماذج لحيوانات وخضراوات
		١٠- تقدر تمشي بطرق مختلفة .. فرحان ... زعلان ... خايف .. الإنسان الآلي	
		١١- تقليد السيارات والزحام في الشارع	
		١٢- يتم تسمية كل تلميذ باسم فاكهة ثم تقوم المدرسة بالنداء علي كل اسم وإلقاء أوامر إليه كالجري حول الملعب أو عمل دحرجة .. وهكذا	
		١٣- يقف التلاميذ في مجموعات كل مجموعة في ركن ويسمي باسم خضراوات، ثم تمشي المدرسة خلف الأركان وعندما تنادي الأنواع، يمشي النوع المذكور خلف المدرسة ويستمر حتى يمشي كل التلاميذ خلف المدرسة	
		١٤- عمل نموذج للشارع وكيف تتحرك به، ونموذج لإشارة المرور وكيفية اتباع قواعد المرور	نموذج لإشارة المرور

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
أنشطة لتنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية لبناء ونمو الشخصية (اللعب مع الزميل وألعاب صغيرة)	تساعد علي تنمية التوافق النفسي والاجتماعي للطفل المعوق ذهنياً فيعرف قدراته وكيفية الاستفادة منها واستغلالها ويدرك نفسه في علاقاته مع الآخرين فيتقبل بذلك نفسه ويتقبل مجتمعه	١- لعبة الكراسي الموسيقية: وضع عدد من الكراسي في دائرة مع مراعاة أن تكون أقل من عدد التلاميذ بواحد فقط و عند بداية الموسيقي يجري التلاميذ حول الكراسي وعند توقفها يحاول كل تلميذ الجلوس علي كرسي والتلميذ الذي لا يجد له كرسي يخرج من اللعب وهكذا لبداية أخري مع مراعاة أنه في كل بداية أن ينقص عدد الكرات عن عدد التلاميذ بواحد - التلميذ الفائز هو الذي يستطيع أن يجلس علي آخر كرسي ٢- عمل نموج لمحل بقالة وفكهاني وبائع خضراوات للتعرف علي المواد الشرائية المختلفة وكيفية استعمال النقود وعملية البيع والشراء ٣- يربط كل تلميذ في قدمه بالون، ويحول كل تلميذ فرقعة بالونان زميله مع الاحتفاظ بالبالون الخاص به، والتلميذ الذي ينجح في الاحتفاظ به حتى النهاية يكون هو الفائز. ٤- الجري الحر في الملعب، وعند توقف الموسيقي، يتجمع التلاميذ حسب العدد الذي تعلنه المدرسة ٥- يقف التلاميذ قاطرات وعلي بعد ١٥م طوق بداخله منديل أصفر، ويمسك التلميذ الأول من كل قاطرة منديل أحمر باليد اليمني، وعند سماع صفارة يجري التلميذ لوضع المنديل الأحمر داخل الطوق ويأخذ المنديل الأصفر ويعود ليسلمه للتلميذ الذي يليه ويكررو القاطرة الفائزة هي التي ينتهي جميع تلاميذها أولاً من الأداء	كراسي كاسيت نماذج الخضراوات وفاكهة وأدوات بقالة ونقود بالونات أطواق مناديل ملونة

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
أنشطة لتنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية لبناء ونمو الشخصية (اللعب مع الزميل وألعاب صغيرة)		٦- باستخدام إيشارب (١م × ١م) كل مجوعة، يمسك كل تلميذ بطرف من أطراف الإيشارب مع وضع كرة في منتصف الإيشارب ومحاولة دحرجتها في الاتجاهات التي تطلبها المدرسة.	
		٧- يقسم التلاميذ إلي مجموعتين، كل مجموعة معها عدد ٣ بالون من لون واحد ومختلف عن المجموعة الأخري وتحاول كل مجموعة أن تقذف البالونات الخاصة بها في الهواء، والفريق الخاسر هو الذي تسقط أياً من البالونات علي الأرض	بالونات
		٨- محاولة تقليد الإنسان الآلي في حركاته.	
		٩- عمل وضع الكرسي الهزاز مع تقليد الكلمات الآتية: يا مرجحتي اقلبيني شقلبيني وقوميني بس أوعي توقعيني يامرجحتي يامرجحتي ويحاول كل تلميذ الوقوف بدون استخدام اليدين	
		١٠- أغنية تعليمية: الواحد واقف مظبوط – الاثنين بتبص عليه الثلاثة سنتين – الأربعة اتنين واتنين – الخمسة كحكة سكر – الستة واقفة تفكر – السبعة بتبص لفوق – الثمانية بتبص لتحت – التسعة عصاية تيتة – العشرة صوابع إيدي	نماذج توضيحية للأرقام
		١١- صندوق به أدوات متشابهة، يقوم التلاميذ بالتزاوج ما بين الثنائيات من الأدوات.	أدوات بلاستيكيا صغيرة
		١٢- كل تلميذ بيده بالون بألوان مختلفة، وعندما تنادي المدرسة " أزرق " مثلاً، يتجمع التلاميذ الذين يمسكون البالونات الزرقاء وهكذا ...	
		١٣- كرات صغيرة ملونة علي الأرض، المدرسة بيدها أعلام ملونة، عندما ترفع المدرسة بيدها علم بلون معين، يقوم التلاميذ بتجميع الكرات التي من نفس اللون	أعلام ملونة كور بلاستيك ملونة

أنشطة برنامج التربية الحركية	الهدف منها	التمرينات والأنشطة	الأدوات
تابع أنشطة لتنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية لبناء ونمو الشخصية (اللعب مع الزميل وألعاب صغيرة)		١٤- لعبة السلطة: تقوم المدرسة بإطلاق أسماء السلطة علي التلاميذ (خيار – جزر .. الخ) ثم تقول مثلاً الخيار يجلس، الطماطم تنط، ... وهكذا.	نماذج توضيحية للخضراوات
		١٥- رسم متاهة علي الأرض ويحاول الأطفال المشي داخلها للخروج	طباشير
		١٦- قطر الفاكهة: التلاميذ في دائرة والمدرسة في المنتصف تمشي داخلها، وعندما تنادي فراولة مثلاً، يأتي التلميذ الذي يحمل في يده صورة عليها فراولة وهكذا حتي يتم تكوين قطار ليدور حول الملعب مرتين	نماذج توضيحية للفواكه
		١٧- تقليد الثعبان داخل حجرة ثم الزحف داخل الصندوق	نماذج للثعبان
		١٨- عمل ماسكات ورقية للصيادين والحمام وينقسم التلاميذ إلي مجموعتين ثم يحاول الصيادين اصطياد الحمام.	ألواح كرتون ألوان
		١٩- يقسم التلاميذ إلي فريقين، كل فريق بجانبه عدد من الصناديق، الفريق الفائز هو من يكون سور من الصناديق أولاً	صناديق صغيرة
		٢٠- تعليم ألعاب ورقية مختلفة.	
		٢١- قصص حركية: (الأرنب والسلحفاة) تحكي المدرسة للتلاميذ قصة الأرنب والسلحفاة ثم يقوم التلاميذ بتمثيلها ويحاول التلاميذ إعادة إلقاءها علي المجموعة.	نماذج للأرنب والسلحفاة

مرفق (٩)

نموذج للدرس الأول من الوحدة التدريبية الأولي

الوحدة التعسيمية الأولي

الهدف من الوحدة: تنمية الكفاءة الحركي ة من خلال أنشطة إدراك فهم الجسم (مفهوم الذات الجسمية)

تنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية من خلال الألعاب الصغيرة وأنشطة اللعب مع الزميل

(الدرس الأول)

أجزاء الدرس	الزمن	محتويات الدرس	الأدوات	الهدف
الجزء التمهيدي	٧ق	- الجري حول الملعب - الجري الحر في الملعب مع تقليد طيران العصفور - الجري في دائرة وعند سماع الصفارة يقوم التلاميذ بالجري حسب الاتجاه الذي تشير إليه المدرسة - الجري الحر في الملعب وعند سماع الصفارة يمسك كل تلميذ زميل له ثم يسلم عليه	صفارة	- تهيئة وإعداد الجسم لممارسة الأنشطة - العمل علي إثارة الخيال - تنمية العلاقات الاجتماعية
الجزء الرئيسي	٣٠ق	[الوقوف] في مربع ناقص ضلع تشير المدرسة إلي جزء من أجزاء الجسم (اليد مثلاً) ثم تسأل للتلاميذ عندنا كم يد ... وهكذا علي باقي أجزاء الجسم. **[الوقوف كل (:) مواجهين]** يثبت التلاميذ في المكان وعند سماع الصفارة يشير التلاميذ إلي جزء من الجسم المشار إليه عند الزميل		التعرف علي أجزاء الجسم المختلفة إدراك الرجلين وتنمية العلاقات

الهدف	الأدوات	محتويات الدرس	الزمن	أجزاء الدرس
		[الوقـــــوف]		
إدراك الذراعين	بالونات	باستخدام بالونات ملونة يقوم التلاميذ بضرب البالونات بالذراعين بالتبادل		
		[الوقـــوف]		
إدراك الرجلين وتقويتها ومعرفة اليمني واليسري	كاسيت	الجري في الملعب وعند توقف الموسيقي يقوم التلاميذ برفع الرجل اليمني لأعلـي والوثـب علي الرجل الأخري (اليسري) ثم يكرر علي الرجل الأخري		
		[الوقـــــوف]		
تعليم التعبير عن طريق الجسم والتمييز السمعي		الوثب بالرجلين لأعلي وبسرعة ثم ببطء (مثل المطر)		
		لعبة حركية:		
تعليم العمل الجماعي وإدراك الجسم والتعبير عن طريق الحركة		في دائرة، يغني التلاميذ بمصاحبة التلاميذ الأغنية التالية، مع التعبير بالحركة " دخل رجلك جوة، طلع رجلك برة، هزها شوية، نط ثلاث نطات سقف ثلاث سقفات، ويكرر علي باقي أجزاء الجسم		
		لعبـــــة:		
إدراك الجسم وإثارة الخيال والابتكار	كاسيت	الجري في الملعب وعند توقف الموسيقي، كل طفل يعمل تمثال معين		

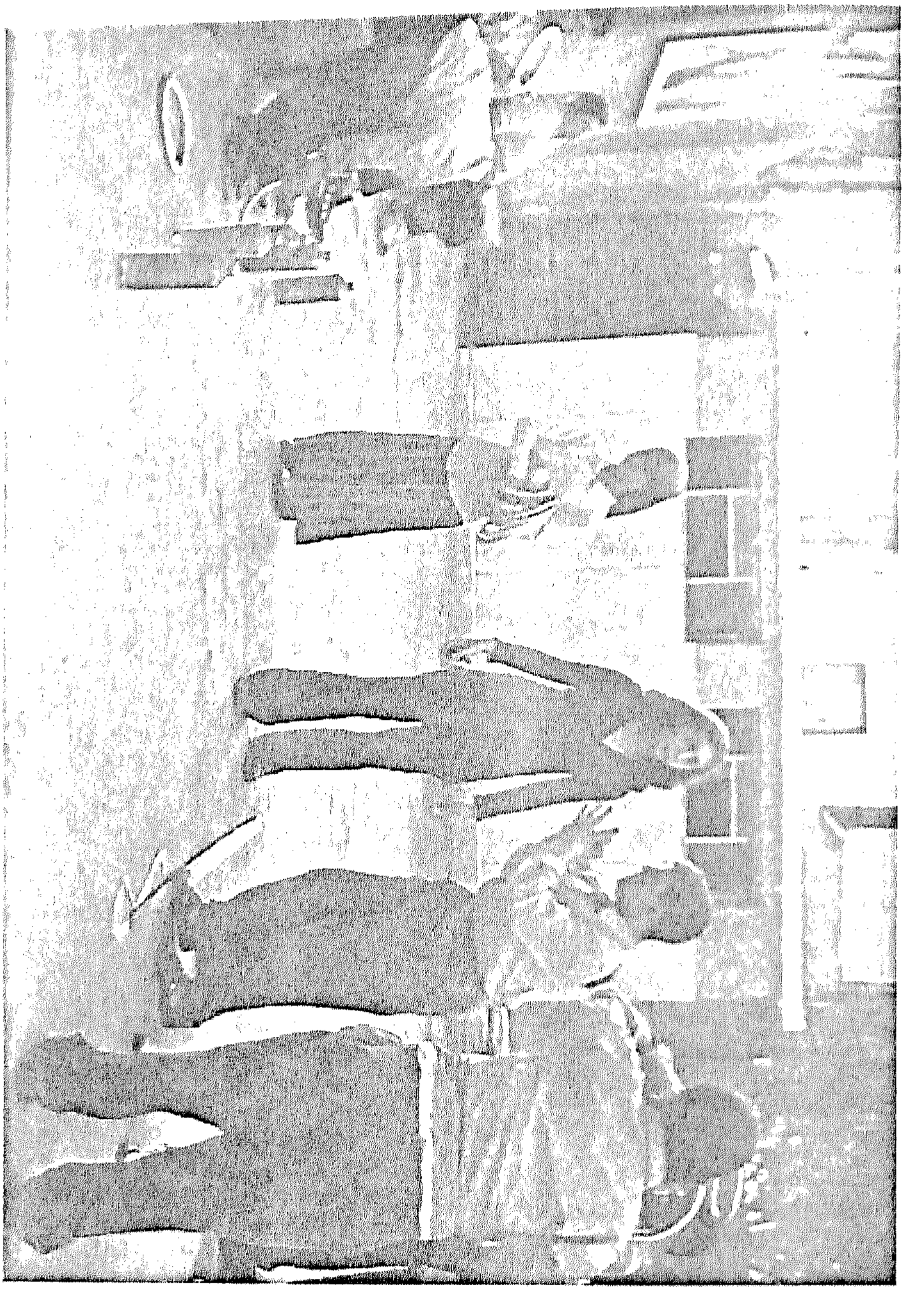
الهدف	الأدوات	محتويات الدرس	الزمن	أجزاء الدرس
القدرة علي التعبير وتهيئة الجسم تعليم النفس تهدئة الجسم تعليم النظام		المشي بتعبيرات معينة (غضبان – فرحان – يبكي ... الخ) [الوقـــــوف]: أخذ شهيق بعمق مع رفع الذراعين عالياً ثم الرجوع مع خروج الزفير – النزول ببطء مع ثني الركبتين والتكور بلمس الرأس للركبتين ثم الرجوع ببطء – جمع الأدوات والتحية وترك الملعب	٣ ق	الجزء الختامي

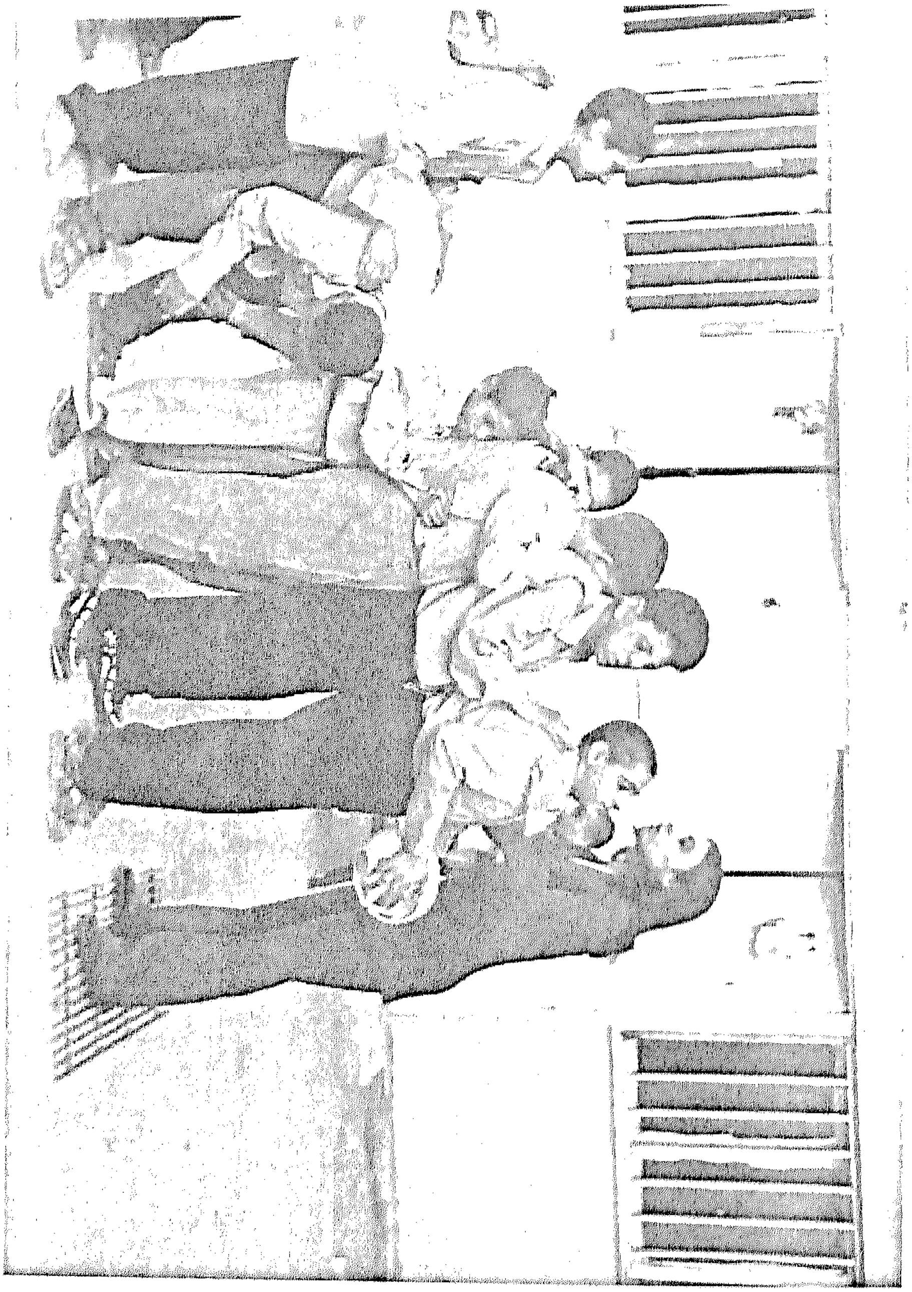
مدة الدرس (٤٥) دقيقة

مرفق (١٠)

نماذج مصورة لبعض أنشطة البرنامج







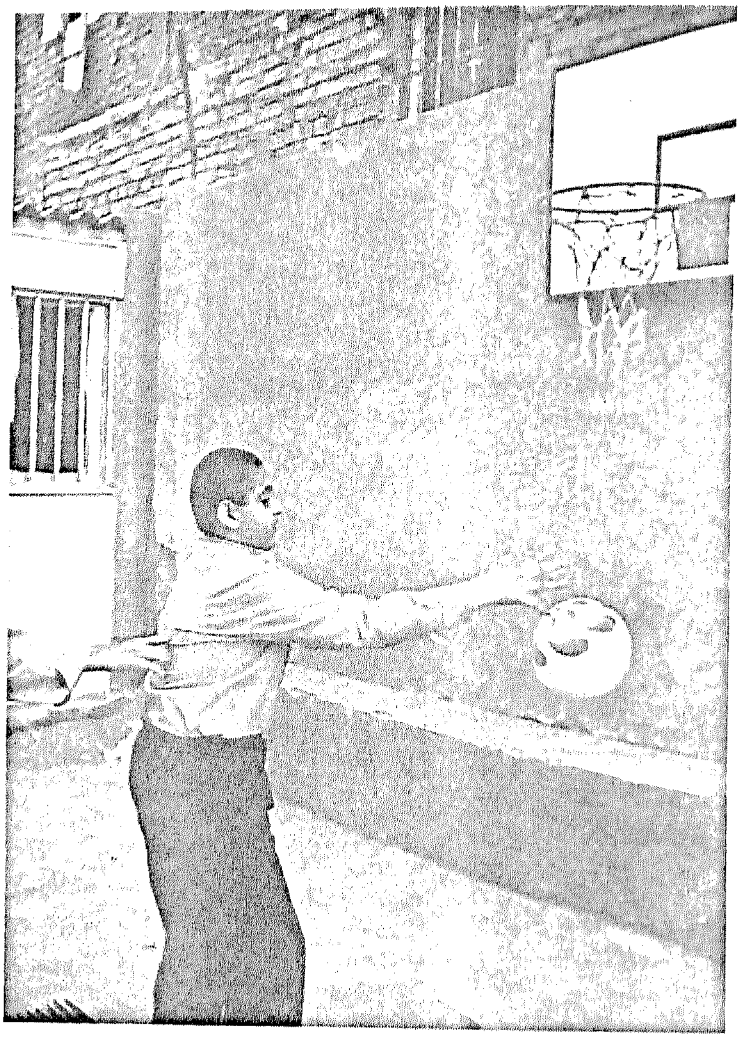
















ملخص البحث

ملخص البحث باللغة العربيـــــة

ملخص البحث باللغة الإنجليزية

مشكلة البحث واهميته:

تعتبر العناية بالطفولة والاهتمام بها وأنشطتها من أهم المؤشرات علي تقدم المجتمع ورقيه، لذا يلجأ المسئولون والمخططون لبرامج تربية الأطفال إلي التفكير والتخطيط المنظم والدقيق ليتمكنوا من تصميم وإعداد برامج تربوية غنية بالمهارات الحركية والفنية والموسيقية التي تهدف إلي تحقيق النمو الشامل.

وإذا كان هذا هو الحال بالنسبة للأطفال الأسوياء فإن الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة في حاجة أكبر في مثل هذه الحالات وخاصة المعاقين ذهنيا، وبدا هذا واضحاً من تعريف الجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية (AAMR) لسنة ١٩٩٢م والذي أشار إلي أن الإعاقة الذهنية ما هي إلا قصور جوهري في القدرات العقلية والتي تكون وظائفها دون المتوسط، ويكون هذا مصحوباً بقصور في جانبين أو أكثر من المهارات التوافقية المرتبطة بالأنشطة التالية (الاتصال – رعاية الذات – الحياة المنزلية – المهارات الاجتماعية – التعامل مع المجتمع – توجيه الذات – الصحة والأمان – العمل الأكاديمي – قضاء وقت الفراغ والعمل). ويظهر هذا القصور قبل سن الثامنة عشر، وبقليل من الملاحظة يمكن التعرف علي الطفل المعاق ذهنياً من خلال سمات تشكل في مجملها عدم النضج الاجتماعي وضعف التوافق الحركي وكذا ميكانيكية الجسم وبعض التشوهات القوامية.

وتعد فئة المعاقين ذهنياً من أكثر فئات المعاقين عدداً وأن مشكلاتها تزداد كماً وكيفاً، وتشير الإحصائيات أن نسبة ١% فقط من عدد المعاقين ذهنياً – بما فيها مصر – يختصون بالرعاية بينما ٩٩% لا يحصلون علي أي قدر من الاهتمام.

لذلك كانت الحاجة إلي برامج رياضية خاصة ومتطورة لتعليم وتدريب هذه الفئة من المجتمع التي تحتاج إلي رعاية خاصة ودراسة مبنية علي أسس علمية تعمل علي استثمار طاقاتهم وإمكانياتهم المحدودة بأفضل

طريقة بالأخذ بيدهم ليجدوا لأنفسهم مكاناً بين أفراد المجتمع محققين أكبر قدر من التوافق النفسي ووالاجتماعي يساعدهم علي الاندماج كفئة منتجة في المجتمع بدلاً من أن يظلوا عبئاً وعالة علي أسرهم.

اهداف البحث:

- وضع برنامج مقترح للتربية الحركية يتناسب مع الأطفال المعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة وعمرهم الزمني (٩ – ١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ – ٧) سنوات.
- تأثير البرنامج المقترح علي الكفاءة الحركية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم، وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة وعمرهم الزمني(٩ – ١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ – ٧) سنوات.
- تأثير البرنامج المقترح علي الكفاءة النفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً القابلين للتعلم وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة وعمرهم الزمني من (٩ – ١٣) سنة ويتراوح عمرهم العقلي ما بين (٥ – ٧) سنوات.

فروض البحث:

- توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي والقياس البعدي للكفاءة الحركية في اتجاه القياس البعدي.
- توجد فروق بين متوسطات درجات الأطفال المعاقين ذهنياً في كل من القياس القبلي و القياس البعدى للكفاءة النفسية والاجتماعية في اتجاه القياس البعدي.

خطة وإجراءات البحث:

منهج البحث:

تم استخدام المنهج التجريبي بالاستعانة بإحدي تصميماته التجريبية، وهي المجموعة الواحدة ذات القياسين (القبلي والبعدي).

مجتمع البحث:

يتمثل في تلاميذ مدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة للعام الدراسي (٢٠٠١/٢٠٠٢م) والبالغ عددهم (٨٦) تلميذا من فئة القابلين للتعليم.

عينة البحث:

تم اختيار عينة عمدية ممن ليس لديهم إعاقات أخري من تلاميذ مدرسة التثقيف الفكري بحدائق القبة بلغ قوامها (٢٣) تلميذاً من القسم الداخلي والمقيمين إقامة دائمة، وتتراوح نسبة ذكائهم من (٥٠ – ٧٠) درجة والعمر الزمني من (٩ – ١٣) والعمر العقليمن (٥ – ٧) سنوات.

أدوات جمع البيانات:

١- وسائل لقياس المتغيرات الوصفية (العمر الزمني – الطول – الوزن – العمر العقلي – العمر الزمني – نسبة الذكاء).
٢- اختبار رسم الرجل لجود إنف هاريس.
٣- اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية للجمعية الأمريكية للصحة والتربية البدنية والترويح.
٤- مقياس السلوك التوافقي للجمعية الأمريكية للإعاقة الذهنية.

أهداف البرنامج:

يهدف البرنامج المقترح للتربية الحركية إلي:

١- تنمية الكفاءة الحركية للمعاقين ذهنياً لمن تتراوح نسبة ذكائهم تتراوح ما بين (٥٠-٧٠) درجة وأعمارهم الزمنية ما بين (٩-١٣) سنة والعقلية ما بين (٥-٧) سنوات.
٢- تنمية الكفاءة النفسية والاجتماعية للمعاقين ذهنياً ممن تتراوح نسبة ذكائهم ما بين (٥٠-٧٠) درجو وأعمارهم الزمنية ما بين (٩-١٣) سنة والعقلية ما بين (٥-٧) سنوات.

محتويات البرنامج:

يتكون البرنامج من (١٠) وحدات تعليمية كل وحدة تم تنفيذها علي مدي أسبوع واحد بواقع (٣) دروس وبذلك كان إجمالي البرنامح (٣٠) درساً بواقع (٤٥) ق للدرس الواحد.

إجراءات البحث:

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء دراسة استطلاعية علي عينة عمدية عشوائية من مجتمع البحث وخارج العينة التجريبية بلغ قوامها (٨) تلاميذ وذلك في الفترة من السبت ٢٠٠١/٢/١٦ إلي الخميس ٢٠٠١/٢/٢١م وذلك بهدف التعرف علي صلاحية وسائل جمع البيانات المستخدمة قيد البحث.

القياسات القبلية:

تم إجراء القياسات القبلية لتلاميذ عينة البحث في جميع المتغيرات قيد البحث اعتباراً من السبت الموافق ٢٠٠١/٣/٢ إلي الخميس الموافق ٢٠٠١/٣/٧م.

تطبيق البرنامج المقترح:

تم تطبيق البرنامج المقترح علي عينة البحث اعتباراً من يوم السبت الموافق ٢٠٠١/٣/٩م إلي يوم الأربعاء الموافق ٢٠٠١/٥/١٥م أي لمدة (١٠) أسابيع لواقع (٣) ثلاث دروس أسبوعياً وبمعدل (٤٥) دقيقة لكل درس وتبعاً للخطة الموضوعة.

القياسات البعدية:

تم إجراء القياس البعدي لعينة البحث في اختبار اللياقة الحركية لمتوسطي الإعاقة الذهنية في الفترة من يوم السبت الموافق ٢٠٠١/٥/١٨م إلي الثلاثاء الموافق ٢٠٠١/٥/٢١م.

تم إجراء القياس البعدي لعينة البحث في مقياس السلوك الموافق اعتباراً من السبت الموافق ٢٠٠١/٥/١٨م إلي الأربعاء الموافق ٢٠٠١/٥/٢٢م.

المعالجات الإحصائية:

تم استخدام الحاسب الآلي في معالجة بيانات البحث عن طريق برنامج Stat-Pro، وقد تم استخدام ما يلي:

١- المتوسط الحسابي
٢- الوسيط
٣- الانحراف المعياري
٤- الالتواء
٥- معامل الارتباط
٦- اختبارات الفروق "ت" لمجموعة واحدة
٧- اختبار قوة التأثير إيتا^{2}

وقد استخدمت الباحثة مستوي معنوي ٠,٠٥

وكانت اهم التوصيات:

استخدام برنامج التربية الحركية المقترح في تنمية الكفاءة الحركية والنفسية والاجتماعية للأطفال المعاقين ذهنياً فئة القابلين للتعلم.

research. This was in the period from Saturday 2-3-2001 to Thursday 7-3-2001.

- Applying of the Suggested Program:

The proposed program has been applied from Saturday 9-3-2001 to Saturday 15-5-2001. 10 weeks with 3 units a week and at a rate of 45 minuets for each unit.

- The Post Measurements:

The procedure assessments have been done to the individuals of the research sample in all variables in the research. This was during the period from Saturday 15-5-2001 to Wednesday 22-5-2001. with regard for the plenty of the same circumstances and the applying condition with pre-measurements.

Statistic Terms:

The following terms have been used:

- The Arithmetic mean.
- The standard deviation.
- Test (T).
- Person test.
- The analysis of variance.
- Least significant differences L.S.D.
- Improvement ratio.

The percentage of improvement 5% has been chosen on the show and the discussion of the results.

Conclusions:

The most important conclusion was to use the suggested program to improve the motor, psychological and social efficiency of the educable mentally retarded.

* Harris-Good Enough Test (Man drawing) for measuring I.Q.
* Motor fitness scale for the American alliance of health and Physical education and recreation.
* Adaptive behavior scale for the American association of mental retardation translated by Safwat Farag.

- The Program of the Educational Movements:

- The Program Goals:

1- Rising the motor efficiency of the mentally retarded who are educable and there I. Q. between 50-70 degrees, aged 9-13 years and there max. mental age is 5-7 years only.
2- Rising the psychological and social efficiency of the mentally retarded who are educable and there I. Q. between 50-70 degrees, aged 9-13 years and there max. mental age is 5-7 years only.

*** Contents of the Program:**

- The program consist of "10" educational with each was performed for one week in the rate 3 lessons per week, so the total is 30 lessons each of 45 minutes.

The procedure of the research:

- The survey:

A survey has been done on a random sample from the contents of the research and the output of the research was 8 children. This was in the period from Saturday 16-2-2001 to Thursday 21-2-2001 this aimed at knowing the availability of data collecting methods that were used in the research, also to know the exercises which were difficult to understand or perform, and the proper load to begin each exercise.

- The pre-measurement:

The procedure assessments have been done to the individuals of the research sample in all variables in the

The Research Aims:

1- To develop a suggested program for educational movements suitable for the mentally retarded children (who are educable and there I. Q. between 50-70 degrees, aged 9-13 years and there max. mental age is 5-7 years only).

2- To define the effect of the suggested program on the motor efficiency of the mentally retarded children.

3- To define the effect of the suggested program on the psychological and social efficiency of the mentally retarded children.

The research hypothesis:

1- There are statistically differences between the pre-measurements and the post measurements of the motor efficiency for the sake of the post measurements.

2- There are statistically differences between the pre-measurements and the post measurements of the psychological and social efficiency for the sake of the post measurements.

The plan and the procedures of the research:

- The research Method:

The experimental method was used by experimental design that has one experimental group with pre-post measurements.

- The research population and sample:

The basic sample (n = 32) children were chosen intentionally from institution of thinking edification in Hadayk El-Kobba in the academic year 2001-2002.

- Methods of data collection:

- Methods of descriptive variables measurements (age-height-weight).

- Methods of research variables measurements.

The Research Summary and its Activities

Custody of childhood is considered as an important measure testimony of progress of the society. Though the designers of the educational programs of children aimed to thinking, Regulator planning to design and prepare educational programs which include ding motor, musical, and technical skills for consummation of comprehensive growth.

And if that was for the normal children, therefore the special needs children are also in a dire need to the same custody especially the mentally retarded, and that was clear from the definition of the American association of mental retardation in 2002. as it is a disability characterized by significant limitations both in intellectual functioning and in adaptive behavior as expressed in conceptual, social, and practical adaptive skills and this disability originates before age 18.

The mentally retarded is considered to be the most bigger section in the disabled persons, and the statistics shows that 1% including Egypt only from the whole mentally retard are having custody and the rest 99% do not have any consideration.

So, there was a strong need for special and developed programs in the field of educational movements to educate and develop this part of the society that needs special consideration and scientific researches to utilize their limited abilities and to guide them for having their own place in the society to achieve maximum psychological and social adaptation and lead them to be effective in the society instead of relying on their own families.

Helwan university
faculty of physical education
For girls

The effect of a suggested program for educational movements on The motor, psychological social efficiency of the Mentally retarded

Prepared By
Ayat Yahia Abdel Hameed

Assistant lecturer in faculty of physical education
Helwan University

Submitted in partial fulfillment of the
Requirements for the degree of
Master in physical education

Supervisions

Dr.Enayat Aly Labib
An emptying prof. of exercises,
gymnastics and dancing
faculty of physical education for girls
Helwan University

Dr.Nadia Mohamed El Taweel
prof. of exercises, gymnastics and
dancing
Faculty of physical education for girls
Helwan University

Cairo
2003- 1423